№ 7 ИЮЛЬ 2014

«Не хлебом одним будет жить человек, но всяким словом, исходящим из уст Божиих».
(Мф. 4:4)



ЕЖЕМЕСЯЧНАЯ ХРИСТИАНСКАЯ ГАЗЕТА

Вечное Сокровище

www.lifesource.com.ua

«...От Господа спасение. Над народом Твоим благословение Твое»

(Псалом 3:9).



ДЕНЬ, В КОТОРЫЙ МИЛЛИОНЫ ЛЮДЕЙ СТАНУТ СЧАСТЛИВЫМИ

Действительно ли однажды наступит конец света? Что это? Библейская истина или всего лишь очередная афера любителей сенсаций? В каком году вернется Иисус? Какие шесть признаков свидетельствуют о приближении конца? На чем акцентирует внимание Слово Божье: на конце старого или же начале нового мира? Эти вопросы беспокоят и пугают практически каждого!

4



КЛЕЙ ДУШИ

Бог создал и задумал сексуальные отношения как сильное средство идентификации и единения. Иными словами, это клей души. Наука открыла мощные химические вещества, продуцируемые организмом во время интимной близости. Они усиливают единение пары. Бог предусмотрел: физический аспект сексуального акта должен быть частью абсолютной близости сердца и разума, то есть брака. Иисус говорит, что прелюбодеяние начинается там, где и заканчивается, – в сердце.

6



ВЫХОДНЫЕ ВСЕЙ СЕМЬЕЙ. КАК СДЕЛАТЬ ИХ НЕЗАБЫВАЕМЫМИ?

В конце рабочей недели каждый из нас мечтает о заслуженном отдыхе, представления о котором могут быть самыми разнообразными. Кто-то предпочитает активный отдых, кому-то, наоборот, хочется тишины и покоя. Выходные должны стать для вашей семьи замечательной возможностью укрепить семейные связи. Предлагаем несколько идей веселого и полезного совместного времяпрепровождения.

10



ЭПИГЕНЕТИКА: ПЕРЕПИСАТЬ КОД ЖИЗНИ

Когда мы не следим за своим весом или приобретаем вредные привычки, то портим жизнь не только себе, но и будущим поколениям. Почему и как это происходит, объясняет новая наука – эпигенетика. Если мы хотим иметь здоровых и сильных детей, то и сами должны быть такими. Подобное порождает подобное – это закон природы и эпигенетики.

11

«О Боже, это Ты!»

Иду ли полем – хлеб о Нем вещает,
Иду ль по лесу, где растут грибы,
Плыву ли теплым морем я и таю,
Мне шепчет все: «О Боже, это Ты!»

В любой былинке, веточке, цветочке,
Туманах, росах, облаках вдали
И даже в самом маленьком росточке
Ты, Господи, во всем! Везде лишь Ты!

И где сирени цвет благоухает,
Где шмель мохнатый на цветок летит,
О Господе творение вещает
И нежным ароматом нас пьянит.

А благодать Господня в том сокрыта,
Что в этом мире Сам Христос ходил.
В Нем на Голгофе вся любовь открыта,
Там Иисус Свой подвиг совершил!

Л. Соколова, г. Кривой Рог

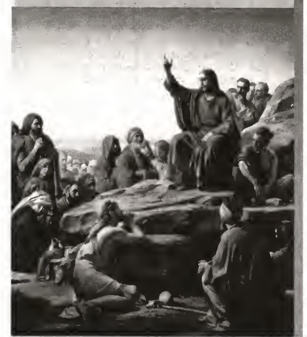
Отдых на лоне природы

Призвание двенадцати на апостольское служение произошло на горе, заросшей лесом, и там же была произнесена Нагорная проповедь. Иисус любил поля и холмы и большей частью проповедовал под открытым небом, а не в храмах или синагогах. Ни одна синагога не могла бы вместить толп, которые собирались возле Него. Но не только по этой причине Он предпочитал учить в полях и рощах. Природа влекла Иисуса. Для Него тихое, уединенное место было священным храмом.

Первые жители земли также избрали место для своего святилища среди деревьев Едема. Там Христос общался с праотцом человечества. Изгнанные из рая, наши прародители по-прежнему совершали богослужения в полях и лесах, и там Христос открывал им Благую весть Своей благодати. С Авраамом Христос говорил у дубравы Мамре, с Исааком – в полях, когда тот выходил молиться ночью, с Иаковом – на склоне горы в Вефиле, с Моисеем – на горах Мадиамских и с юношей Давидом – на пастбище, когда тот пас овец. На протяжении пятнадцати веков по повелению Христа израильтяне ежегодно покидали свои дома и неделю жили в кущах, взяв себе «ветви красивых дерев, ветви пальмовые и ветви дерев широколиственных и верб речных» (Лев. 23:40).

Собираясь дать наставления Своим ученикам, Иисус предпочитал удаляться из шумного города в тишину полей и холмов – это больше соответствовало урокам самоотречения, которые Он хотел преподать им. Совершая Свое служение, Спаситель любил собирать людей вокруг Себя под голубыми небесами на склоне холма, поросшего травой, или на берегу озера. Здесь, окруженный Своими творениями, Он мог направить помыслы Своих слушателей от созданного людьми к тому, что создал Бог. На примере роста и развития растений Христос раскрывал принципы Своего Царства. Когда люди смотрели на холмы, созданные Богом, и созерцали чудные дела Творца, они получали бесценное наставление в Божественной истине. Природа напоминала им учение Христа. Так бывает и с теми, кто общается с природой, имея Христа в своем сердце. Эти люди ощущают Божественную благодать. Жизнь природы напоминает нам притчи нашего Господа, повторяя Его наставления. В общении с Богом через природу ум облагораживается, а сердце обретает покой.

Э. У.



СЛОВО БОЖЬЕ В ЖИЗНИ ПРАВЕДНИКА

Виталий Олейник, г. Новомосковск

Интересно, назвали бы сегодня люди праведным человека, который жалуется на свою судьбу, потеряв бизнес, здоровье и семью, спорит с Богом, прося себе смерти и сожалея о том, что вообще родился? Наверное, многие христиане не назвали бы такого человека праведником.



Однако не будем торопиться с выводами, а откроем Библию, книгу Иова. В первой ее главе мы знакомимся с человеком по имени Иов, который был очень богат и «знаменитее всех сынов востока» (ст. 3). У него была прекрасная семья: жена и десять детей. Вот как характеризует его Сам Бог: «...Нет такого, как он, на земле: человек непорочный, справедливый, богобоязненный и удаляющийся от зла» (ст. 8).

Но вот в его жизнь приходят несчастья одно за другим. И он, страдая от неизлечимой болезни, вопиет: «О, если бы верно взвешены были вопли мои, и вместе с ними положили на весы страдание мое! Оно, верно, перетянуло бы песок морей! Оттого слова мои неистовы» (Иов 6:2, 3). Неистовые – это слова человека, находящегося в состоянии исступления, крайне несдержанного в проявлении своих чувств (евр. «луá» – бредить, говорить бессвязно). Иов считает, что его страдания исходят от Бога: «Ибо стрелы Вседержителя во мне; яд их пьет дух мой; ужасы Божии ополчились против меня» (Иов 6:4). И далее он выражает желание поскорее умереть, нежели так страдать: «О, если бы благоволил Бог сокрушить меня, простер руку Свою, и сразил меня! Это было бы еще отрадою мне, и я крепился бы в моей беспощадной болезни, ибо я не отвергся изречений Святого. Что за сила у меня, чтобы надеяться мне? и какой конец, чтобы длить мне жизнь мою?» (Иов 6:9-11). Иов восстает против такого положения вещей: «Не буду же я удерживать уст моих; буду говорить в стеснении духа моего; буду жаловаться в горести души моей... Ты страшишь меня снами, и видениями пугаешь меня. И душа моя желает лучше прекращения дыхания, лучше смерти, нежели сбережения костей моих. Опротивела мне жизнь. Не вечно жить мне. Отступи от меня, ибо дни мои суета... Доколе же Ты не оставишь, доколе не отойдешь от меня, доколе не дашь мне проглотить слюну мою? Если я согрешил, то что я сделаю Тебе, страж человеков! Зачем Ты поставил меня противником Себе, так что я стал самому себе в тягость?» (Иов 7:11, 14-16, 19, 20).

Итак, мы видим некое противоречие. Праведный человек, о котором Сам Бог сказал, что «нет такого, как он, на земле", страдает, жалуется на несправедливость и желает умереть. Если бы мы познакомились с Иовом в тот момент его жизни, вряд ли бы назвали его праведником. Наверное, мы подумали бы, как и его друзья, что у Иова что-то было не так в его духовной жизни и отношениях с Богом.

Это свидетельствует о том, что у нас есть определенная установка относительно того, какой должна быть жизнь праведного человека. И если у коголибо случаются болезни и страдания, потеря имущества и смерть детей, мы склонны думать, что ему необходимо в чем-то раскаяться. Но всегда ли страдания являются результатом греха?

Переведем свой взгляд с Иова на Иисуса Христа. Что могли бы подумать о Нем люди, видя Его жизнь? Что они могли бы сказать о Человеке, не имевшем где преклонить голову? Что они думали, наблюдая за Его бесславной кончиной? Видя ее, даже те, кто считал учение Христа правильным, а Его жизнь – безгрешной, могли усомниться в Нем как в Праведнике. В книге пророка Исаии выражены взгляды современников Иисуса и их отношение к Нему: «Ибо Он взошел пред Ним, как отпрыск и как росток из сухой земли; нет в Нем ни вида, ни величия; и мы видели Его, и не было в Нем вида, который привлекал бы нас к Нему. Он был презрен и умален пред людьми, муж скорбей и изведавший болезни, и мы отвращали от Него лице свое; Он был презираем, и мы ни во что ставили Его. Но Он взял на Себя наши немощи, и понес наши болезни; а мы думали, что Он был поражаем, наказуем и уничижен Богом» (Ис. 53:2-4).

Был ли Иисус Христос Праведником? Конечно, был! Сказано, что Он не сделал никакого греха. Но наш Господь был беден, не имел знатного происхождения, страдал и умер позорной смертью на кресте. Мы видим параллель между жизнью Иисуса Христа и жизнью Иова.

Нам стоит задуматься над своим пониманием истины о жизни праведника. Нередко она представляется нам в виде идеальной картинки благополучия и достатка. И, наоборот, всевозможные несчастья в жизни человека наводят на мысль о том, что он согрешил. Но на основании Священного Писания мы видим, что обстоятельства жизни Иисуса Христа и Иова не были результатом беззакония.

В первой и второй главах книги Иова мы читаем, что инициатором всех его страданий был сатана. Чего он добивался: просто уничтожить Иова или что-то доказать Богу? Целью дьявола было разделить Иова с его Небесным Отцом, разрушить их доверительные отношения. И делал это враг Бога и человека путем создания определенных жизненных обстоятельств. У Иова в конечном итоге ничего не осталось, кроме уверенности в том, что они с Богом – друзья, хотя он и не понимал, вопиял к Богу и просил разъяснений. Даже жена его советовала: «Похули Бога, и умри» (Иов 2:9). Сатана очень надеялся, что Иов скажет: «Хватит, мне такой Друг не нужен».

Каждый из нас в своей жизни переживет такую же борьбу, какую переживал Иов. Сатана будет нападать и на нас, посылая коварную мысль: «Зачем тебе эта вера, что она тебе дает?». Как противостоять такому дьявольскому давлению? Христос дает нам инструмент для решения этой проблемы, когда почва уходит у нас из-под ног и кажется, что наша вера ничего не стоит.

Читаем в Евангелии от Матфея об искушении Иисуса в пустыне: «...И, постившись сорок дней и сорок ночей, напоследок взалкал. И приступил к Нему искуситель и сказал: если Ты Сын Божий, скажи, чтобы камни сии сделались хлебами» (4:2, 3). Дьявол коварно лукавил, словно говоря: «Неужели Ты – Сын Божий? Такой голодный, изможденный. И где Твои подданные? Я не верю, что Ты – Божий Сын. Докажи! Сделай эти камни хлебами». Сатана обращал внимание Христа на обстоятельства, на Его состояние, пытаясь посеять сомнение в словах Бога: «Сей есть Сын Мой Возлюбленный, в Котором Мое благоволение» (Мф. 3:17). Он желал разрушить доверительные отношения между Сыном и Отцом. Иисус отразил эту атаку просто: «Написано: "не хлебом одним будет жить человек, но всяким словом, исходящим из уст Божиих"» (Мф. 4:4). Другими словами, Он уверенно сказал сатане: «Какими бы ни были Мои обстоятельства, Я знаю, что если Бог назвал Меня возлюбленным Сыном, значит так оно и есть». Христос дал пример, которому нам надо следовать, особенно в сложных обстоятельствах. Христос учит не смотреть на обстоятельства и не слушать, что говорит сатана, но слушать, что говорит Бог в Своем Слове. И этого будет достаточно, чтобы оставаться в вере. Евангелие от Матфея рассказывает об одном сотнике, который просил Христа об исцелении своего слуги. Иисус обещал прийти, но сотник сказал, что он не достоин такой чести, и попросил: «Скажи только слово, и выздоровеет слуга мой... Услышав сие, Иисус удивился и сказал идущим за Ним: истинно говорю вам: и в Израиле не нашел Я такой веры» (Мф. 8:8, 10). Великая борьба, которую предстоит пережить каждому из нас, покажет, доверяем ли мы словам Бога так, как доверял сотник, как доверял Иисус. Борьба будет идти за доверие Слову Божьему.

Вспомним историю Иакова, возвращающегося с чужбины домой в страхе и трепете перед Исавом. Оставшись один на один с Богом, Иаков молился. Потом наступила ночь его борьбы за благословение, т. е. за благие слова Бога. И Господь сказал: «Ты победил, иди». И Иаков пошел с миром в сердце.

Нам нужно научиться жить тем Словом, которое говорит Бог, научиться вкушать этот духовный Хлеб, как мы вкушаем хлеб насущный.

Почему мы уверены, что являемся детьми Божьими, если у нас еще так много недостатков? А сатана укажет, что их еще больше, чем мы думаем. Тогда, покорившись Слову, мы берем его как меч и отражаем нападение: «Ибо не послал Бог Сына Своего в мир, чтобы судить мир, но чтобы мир спасен был чрез Него» (Ин. 3:17). «Мир спасен чрез Него» означает, что за наши исповеданные грехи был осужден Иисус Христос. И тогда мы благодарим Бога за то, что Он понес на Себе все наши грехи, в которых мы раскаялись. Мы верою принимаем слова: «Смотрите, какую любовь дал нам Отец, чтобы нам называться и быть детьми Божиими» (1 Ин. 3:1).

Доброта

О.Бокова

Cm D7
1. До-бро-та - э-то свет и те-пло ва-ших глаз,
2. Е-сли жить для се-бя, - лу-чше во-все не жить,
3. Не жа-ле-йте до-бра - в нём есть ра-дость для всех,

Fm Cm
И у-ча-стья сло-ва тем, кто се-рдцем скорбит,
Без лю-бви и до-бра жизнь не-сча-стье не-сёт,
В нём здо-ро-вье и мир, и у-лы-бки дру-зей,

A♭ Gmin7
До-бро-та - э-то луч, дан-ный не-бом для нас,
Так да-ва-йте, дру-зья, бу-дем бо-льше да-рить
Счастье всех ма-те-рей, и мла-де-нче-ский смех,

C7 Fm G7
Что-бы ка-ждый, жи-вя мог и греть, и све-тить,
До-бро-ты для лю-дей в жизни ча-стых не-взгод.
Да-же вечность са-ма то-же свя-за-на с ней.

припев: Cm Fm
Лю-ди - бу-дьте до-бры, ста-ньте чу-то-чку в жи-зни до-бре-е,

B♭7 E♭
Пусть от ва-ших се-рдец до-бро-ты ста-нет в ми-ре те-пле-е,

Cm Fm
Чтоб ра-ста-я-ли льды всех о-бид, как от со-лны-шка ю-га,

Cm/G G7 Cm
Лю-ди, бу-дьте до-брей, до-бро-той бе-ре-ги-те друг дру-га.

1 2
Чтоб ра/

ЗАКОННАЯ КВАРТИРА

А. А. Никитина



«...Велики и чудны дела Твои, Господи Боже Вседержитель!» (Откр. 15:3)

С мужем я давно развелась, так как он пил и жестоко избивал меня. Я не виделась с ним 18 лет, но несколько лет назад мне пришлось разыскать его, чтобы взять документы на приватизацию квартиры. Поехала я к нему с дочерью, которую он видел в последний раз, когда та пошла в первый класс. Когда бывший муж увидел взрослую красивую дочь, на его глазах появились слезы. Он просил у нас прощения за то, что жестоко обращался с нами, звал дочь жить к себе, говорил, что оставит ей свою квартиру, хотя было много желающих получить ее. По дороге домой мы рассуждали о том, что нам от него ничего не нужно, на квартиру и без нас много претендентов. Мы приезжали к нему еще несколько раз по делам, а он звонил и приезжал к нам. Но позже связь прервалась.

В мае дочери приснился странный сон. Она увидела отца, его квартиру и зажатую в своей руке связку ключей. Подумав, что отцу нужна какая-то помощь, она с мужем поехала к нему. Оказалось, что он умер полгода назад.

Дочь попросила меня съездить к нотариусу и узнать, от чего умер ее отец. Выяснилось, что завещания он не оставил и дочь – единственная наследница квартиры. Брат и четыре сестры покойного оформили документы и собирались вступить в наследство, ничего не сообщив дочери о смерти отца. Нотариус предложил ей срочно оформлять документы и вступать в наследство, так как осталось всего несколько дней, чтобы успеть сделать это.

В конце мая, в день своего 30-летия, дочь вступила в наследство по закону. Мы благодарим Бога за этот огромный подарок. Господь печется о нас, Его могущественная рука всегда над нами, чтобы защищать, поддерживать, охранять и благословлять!

З Богом ми багаті

Де не глянеш – Господь всюди,
У куточку кожнім є.
Він – найвища в світі влада,
Нам любов і мир дає.

А без Нього ми не варті –
Спалахнемо лиш на мить.
З Ним щоденно в міцнім гарті –
В нас вогонь святий горить.

Де є Він, там щастя дзвонить,
Люба правда з чистих слів.
Завжди Він все зло полонить,
Нас боронить від гріхів.

Світло Його благодаті
Всіх зціляє, дивом є.
Коли в Бозі ми багаті,
Щастя нам доріжку в'є.

А. Н.

На берегу жизни

Произошло это на реке Неман в 1944 году, во время Великой Отечественной войны. Я остался на вражеском берегу один, чтобы прикрывать нашего генерала, уплывающего на резиновой лодке. Он обещал, что пошлет лодку за мной, когда переплывет на другой берег. Я ждал до ночи, но лодки не было. И когда я услышал шум танков и голоса противников, то очень испугался. Что делать? Куда деваться? Враги находились в 7-8 метрах от меня, и я решил спрятаться под крутым берегом. И как только я это сделал, то потерял сознание.

Пришел в себя через сутки, когда меня наши нашли на другом берегу. Обнаруживший меня солдат позвал офицера, который с большим трудом разбудил меня.

Офицер спросил:

– Что ты здесь делаешь?

– Сплю, – ответил я.

– Ты был на той стороне реки один, там были немцы. Кто тебя переправил на эту сторону? – продолжал офицер.

– Не знаю. Спроси у генерала, – ответил я.

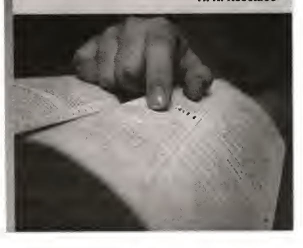
Один солдат сказал мне: «Ты в рубашке родился, счастливчик!» А мне было стыдно, что я ничего не могу объяснить.

А через 30 лет Господь открыл мне, что в действительности случилось со мной в 1944 году. Закончилась война, в 1950 году я демобилизовался, приехал домой и рассказал отцу о том случае на реке. Отец сказал, что молился Богу обо мне и Господь меня спас. Потом я поехал в Сочи, окончил курсы фотографов и работал в парке «Ривьера». В 1974 году во время работы ко мне пришла пожилая женщина и протянула маленькое Евангелие. Я купил его, а когда она ушла, открыл и начал читать. Читал и удивлялся, почему народ израильский, видя чудеса и знамения, не верил Господу.

И вот однажды, придя домой с работы, я прилег отдохнуть. Вынул из кармана Евангелие и стал читать о том, как Господь воскресил Лазаря. Я воскликнул: «Господи, если бы я видел хоть одну сотую Твоих чудес, я бы поверил в Тебя!». И вдруг услышал голос, говорящий мне: «Петр, Петр, вспомни, как Я погрузил тебя в сон и на Своих руках перенес через реку. Это ли тебе не знамение?»

Я горько заплакал, поняв, как долго Бог ждал моего обращения. Он явился мне через 30 лет! Заплаканный и удивленный, я преклонил колени и помолился моему Господу.

П. К. Кебешов



«ВООБЩЕ-ТО ЭТО МОЙ ПАПА!»

«Ибо только Я знаю намерения, какие имею о вас, говорит Господь, намерения во благо, а не на зло, чтобы дать вам будущность и надежду» (Иер. 29:11).

Это случилось в начале августа. Был день отъезда моей сестренки Ларисы, которая приезжала ко мне с Дальнего Востока.

Утром моя бабушка и сестра уехали на вокзал, а я задержалась дома. Диктофон починили только накануне вечером, и утром я записывала аудиописьмо и песни для своей мамы (она живет вместе с Ларисой в Приморском крае).

Я так увлеклась звукозаписью, что вышла из дома с опозданием. Я стояла на остановке с кассетой в руках, молилась и ждала транспорта. К сожалению, первая подъехавшая маршрутка была переполнена, и я решила ждать следующую. Но и вторая «Газель» проехала мимо.

Я взмолилась: «Боже! Но ведь так я опоздаю на вокзал и не провожу Ларису! Пришли мне транспорт, пожалуйста». И вот я увидела третью маршрутку. Ура! Но водитель только развел руками: извините, мест нет.

Я была в отчаянии, но начала утешать себя: кассету отправлю маме по почте, а сестренка, может быть, простит меня за то, что я ее не проводила. И тут я увидела свою бывшую одноклассницу Таню.

– Привет! – сказала я. – Куда едешь?

– На вокзал.

– Правда? Я тоже.

Оказалось, что автобус Тани уходит на 15 минут раньше, чем автобус моей Ларисы.

– И ты надеешься успеть?

– Да, – спокойно ответила Таня.

– Три маршрутки проехали мимо – переполнены!

– Я знаю.

Я только удивилась ее хладнокровию и уверенности. Но через минуту к нам подъехала грузовая «Газель», из нее вышел мужчина. Таня направилась к машине, я побежала за ней и спросила водителя:

– Вы водитель маршрутки?

– Да, – ответил он.

Мы поехали, и Таня стала объяснять водителю, где нас нужно высадить. Он почему-то разговаривал с ней на «ты», и я поняла, что нам попался ее знакомый.

Мы ехали без остановок и оказались на вокзале за 20 минут до отправления автобуса моей сестры. Я была счастлива. Протянула водителю деньги за проезд (все же это не мой знакомый). Таня рассмеялась: «Вообще-то это мой папа!»

– Да? – я только тогда поняла, что «Газель» приехала специально за Таней, и поэтому она была так спокойна и уверена, что успеет.

Я сразу подумала о нашем Небесном Отце: я могу быть уверена в Его помощи и спокойна, так как Он знает все мои нужды. «Все заботы ваши возложите на Него, ибо Он печется о вас» (1 Пет. 5:7). Так же спокойно и уверенно, как Таня ждала отца, мы можем ждать Второе пришествие Иисуса, ведь Он сказал, что «заедет» за нами и вовремя «отвезет» в райские обители: «И когда пойду и приготовлю вам место, приду опять и возьму вас к Себе, чтоб и вы были, где Я» (Ин. 14:3).

Я не была уверена, что успею на вокзал, так как не знала, что Танин папа приедет за нами. Но ее спокойствие передалось мне, я не паниковала, не останавливала другие машины и не ушла домой. Так и в жизни: мы, христиане, имеем мир в душе, так как знаем, что Бог заботится о нас. И когда мы рассказываем другим о словах Бога, которые нас так успокаивают, то окружающим передается наша вера и Божий мир.

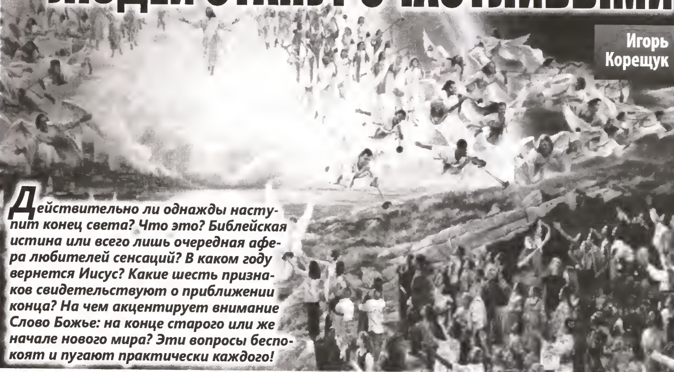
«Вкусите и увидите, как благ Господь!» (Пс. 33:9).

Н. Царегородцева



ДЕНЬ, В КОТОРЫЙ МИЛЛИОНЫ ЛЮДЕЙ СТАНУТ СЧАСТЛИВЫМИ

Игорь Корещук



Действительно ли однажды наступит конец света? Что это? Библейская истина или всего лишь очередная афера любителей сенсаций? В каком году вернется Иисус? Какие шесть признаков свидетельствуют о приближении конца? На чем акцентирует внимание Слово Божье: на конце старого или же начале нового мира? Эти вопросы беспокоят и пугают практически каждого!

Сегодня многие люди с опаской спрашивают друг друга: «Неужели конец всему близок? Чего ожидать от завтрашнего дня, если настоящее так тревожно? Какое будущее ожидает наших детей?» Философ Артур Шопенгауэр однажды отметил: «В молодости нам кажется, что все еще впереди, но с приходом старости приходит и осознание того, что в нашем распоряжении находилось лишь краткое мгновение». Еще вчера настоящее было будущим – и вот оно уже стало реальностью! Слишком поздно мы начинаем понимать, что жизнь – это то, что происходило с нами, в то время как мы строили планы на будущее.

Разумеется, мы должны думать о завтрашнем дне. Однако важным является не планировать будущее, а творить свою судьбу уже сегодня, посредством правильного выбора. Способны ли мы влиять на свою жизнь или же все зависит лишь от внешних обстоятельств?

Во времена, когда все были объяты угрозой ядерной войны, известный физик Альберт Эйнштейн сказал: «Нас более всего пугает не взрыв ядерной бомбы, а взрыв человеческой ненависти, которая нажмет кнопку запуска».

Если историки пытаются объяснить прошлое, а экономисты составляют прогнозы на будущее, то Библия – это Книга, которая предоставляет четкое объяснение прошлому, облекает смыслом настоящее и предоставляет четкую панораму будущего. В поисках истины откроем Священное Писание. Найдем ли мы в Библии слова: «Внимание! Я приду 21 декабря 2014 года!»? Напротив, Иисус утверждает: «О дне же том и часе никто не знает, ни Ангелы небесные, а только Отец Мой один» (Матф.24:36).

Таким образом, то, что нам необходимо знать о Втором пришествии Христа, Господь открыл в Своем Слове, а остальное нас не касается. Средства массовой информации стабильно публикуют «пророчества» различных вещунов о конце света. Однако даже подобная дезинформация в определенной степени полезна - она рекламирует подлинное событие. Разве наличие подделок долларовых банкнот говорит о том, что такая денежная единица не существует? Напротив! Подобно этому, предания различных народов о грядущей всемирной катастрофе свидетельствуют о том, что это событие непременно произойдет.

Тогда, возможно, кто-нибудь спросит: «Неужели нам совсем ничего не известно о Пришествии Христа?» Вот что говорит нам Иисус: «От смоковницы возьмите подобие; когда ветви ее становятся уже мягки и пускают листья, то знаете, что близко лето; так, когда вы увидите все сие, знайте, что близко, при дверях» (Мф.24:32,33). Итак, нам неизвестна дата Пришествия, однако нам известны признаки, которые дают нам основание полагать, что Спаситель уже «при дверях»!

ПУТАНИЦА В РЕЛИГИОЗНОМ МИРЕ

В Евангелии от Матфея сказано: «И многие лжепророки восстанут, и прельстят многих...Ибо восстанут лжехристы и лжепророки, и дадут великие знамения и чудеса, чтобы прельстить, если возможно, и избранных» (Мф. 24:11,24).

С приближением конца будет возрастать путаница в религиозном мире. Будут появляться люди, утверждающие: «Я – Божественный Мессия! Я спасу вас!». Они даже будут творить чудеса. В мире тысячи лжемессий, предлагающих альтернативу Пришествию Христа. Почему люди верят лжепророкам? Потому, что не считают необходимым обращаться за советом к вечной Книге. Только Божье Слово способно уберечь нас и наших детей от искусного сатанинского обмана.

МЕЖДУНАРОДНЫЕ КОНФЛИКТЫ

Иисус перечислил нам признаки конца света: «Также услышите о войнах и о военных слухах. Смотрите, не ужасайтесь, ибо надлежит всему тому быть, но это еще не конец. Ибо восстанет народ на народ, и царство на царство...» (Мф. 24:6,7). Возможно, кто-то скажет: «А что тут особенного? Войны на земле были всегда и начались они с того, что Каин восстал против Авеля». Да, это правда, однако полистайте страницы истории: встречали ли вы где-нибудь такое количество войн и масштабы кровопролитий, равные современным? Известный ученый Альфред Уоллес сказал: «Гениальный человеческий ум создал столько оружия, что можно сорвать земную кору и испепелить ее».

После Второй мировой войны, в 1945 году, была создана ООН, организация цель которой – сохранение мира во всем мире. Однако и она бессильна прекратить военные действия и восстановить мирное положение во многих горячих точках. Причиной тому является отсутствие мира в человеческих сердцах. Михаил Генин однажды воскликнул: «Человек способен на все – именно это меня и пугает!».

В годы Первой мировой войны погибло более 20 млн. человек. В этот конфликт были вовлечены 33 страны. Во Второй мировой войне участвовало уже 72 государства, число же погибших превысило 50 млн. Ежегодно в мире вспыхивает более 30 масштабных военных конфликтов. С 1945 года локальные войны и вооруженные столкновения унесли еще 30 миллионов жизней. Финансовые потери составили 10 трлн. долларов – вот цена человеческой воинственности.

По данным Красного креста, за последние 10 лет вооруженные столкновения унесли жизни около 1,5 миллиона детей. Не успевает высохнуть чернило на мирных соглашениях, подписанных политиками, как вспыхивает очередной жестокий военный конфликт: льется кровь, и конца-края не видно человеческой вражде и ненависти. По данным ООН (2010 г.), на Земном шаре насчитывается около 474 миллионов беженцев – людей, которые еще вчера имели дома, сбережения, работу и неожиданно все это потеряли. Может ли кто-то гарантировать, что завтра на их месте не окажемся мы? Иисус говорит: «Люди будут издыхать от страха и ожидания бедствий, грядущих на вселенную» (Лк.21:26). В самом деле, страх и неуверенность в завтрашнем дне сегодня гложет сердца многих.

ГОЛОД

«...И будут глады...» (Мф.24:7).

Уже сегодня голод стал проблемой мирового масштаба. В результате увеличения численности населения Земли площадь пахотных земель существенно сокращается. Притом, что количество потребителей продолжает возрастать. Каждые две секунды на нашей планете уничтожается 2 гектара леса. За год уничтожается площадь зеленых насаждений, равная территории такого государства, как Швейцария. Мы привыкли жаловаться на свою жизнь, не учитывая при этом, что количество тех, кто знает, что такое голод «не понаслышке», уже перевалило за миллиард (по состоянию на 2010 г.)! Это каждый 7-й житель Земли. Каждые 5 секунд в мире от голода умирает 1 ребенок!

По данным Продовольственной и сельскохозяйственной организации ООН (международная организация, действующая под патронатом ООН), ежегодно в мире приходит в негодность 1,3 млрд. тонн провианта, что составляет около трети ежегодно необходимого объема продуктов питания. Такого количества продовольственных запасов хватило бы, чтобы накормить большую часть голодающего населения планеты. В странах Евросоюза ежегодно утилизируется почти 90 миллионов тонн продуктов питания: 42% выбрасывается частными потребителями, 39% утилизируют непосредственно заводы-производители. Возможно, подобная тенденция наблюдается исключительно в богатых странах Запада? Не только. Согласно подсчетам, жители крупных городов Украины в праздничные дни выбрасывают продуктов общей стоимостью на 930 млн. грн. А мы жалуемся, что бедно живем...

ЗЕМЛЕТРЯСЕНИЯ

Позвольте подчеркнуть тот факт, что все вышеперечисленные признаки существовали всегда, но именно нарастающая частота, с которой они происходят, свидетельствует о приближении конца старого мира и прихода нового. Это справедливо и в отношении землетрясений. Христос говорит: «...И землетрясения по местам...» (Мф.24:7).

Согласно данным Британского сообщества научного прогресса, за 8 столетий – с 1000 по 1800 гг. – произошло 21 масштабное землетрясение, а всего лишь за 40 лет – с 1950 по 1990 – их количество достигло 93.

По данным сейсмологов, в наши дни ежегодно происходит 57 000 землетрясений подземных толчков. Только пред-

«ЗДЕСЬ И СЕЙЧАС» – ЭТО ВСЕ, НА ЧТО МЫ МОЖЕМ РАССЧИТЫВАТЬ?

Д. Эдгар

Несмотря на то, как долго мы живем, жизнь кажется нам слишком скоротечной.

Пять столетий назад Шекспир в своей пьесе «Макбет» писал: «Жизнь – это только тень, комедиант, паясничавший полчаса на сцене и тут же позабытый. Это повесть, которую пересказал глупец: в ней много слов и страсти, нет лишь смысла». Задолго до рождения Христа греческий философ Эмпедокл заявил: «Человеческая жизнь – туман: появляется и исчезает без следа». Еще ранее древняя книга Иова гласила: «Человек, рожденный женою, краткодневен и пресыщен печалями» (Иов 14:1).

Ученые мужи, писатели, философы и обычные люди, которые задумывались о сущности бытия, в конечном итоге приходили к одному выводу: что-то не так. И дело не только в быстротечности человеческой жизни. Люди подобны морской черепахе, оказавшейся на берегу: возможности плыть нет, а передвигаться по суше тяжело. Самое большее, на что мы можем рассчитывать здесь и сейчас, – это небольшая запруда, ведь просторы океана, способные подарить ощущение истинной свободы, нам не по плечу. И мы снова и снова задаемся вопросом: «И это все?».

«Найти свой путь, свое место в жизни – в этом все для человека, это для него значит стать самим собой» (Виссарион Белинский).

«Значение жизни открыто в сознании человека, как стремление к благу. Уяснение этого блага, более и более точное определение его, составляет главную цель и работу жизни всего человечества» (Лев Толстой).

В сущности, львиную долю жизненного потенциала человек расходует на то, чтобы попросту «выжить» или чтобы обеспечить себе достойное существование. Образование, работа, решение насущных бытовых проблем – это некий замкнутый круг. Рутина – злейший враг любого из нас. Рано или поздно мы погружаемся в повседневные проблемы настолько, что не замечаем цикличности собственных действий, серости будней. Но все же понимание придет, и вновь с наших уст сорвется немой вопрос: «И это все? Ради чего я живу?».

Опыт предыдущих поколений указывает на то, что богатые и успешные люди, жившие в разные эпохи и достигшие всего, к чему стремились, в конечном итоге приходили к тому же выводу: чего-то не хватает. Блез Паскаль выразил эту мысль следующим образом: «Люди ищут удовольствия, бросаясь из стороны в сторону, только потому, что чувствуют пустоту своей жизни, но не чувствуют еще пустоты той новой потехи, которая их притягивает». Когда Александр Македонский понял, что более не осталось не покоренных им земель, то в отчаянии воскликнул: «И это все?».

Несмотря на то что благотворительность нынче в моде и в высших кругах принято жертвовать крупные суммы, миллионы людей по всему миру по-прежнему ощущают себя несчастными и никому не нужными. Даже такие посвятившие свою жизнь благому делу люди, как мать Тереза, Альберт Швейцер (немецкий и французский теолог, философ, гуманист и врач), не в состоянии в одиночку изменить мир.

Люди древности не только отмечали краткость жизненного пути, но и признавали тщетность стяжательства, познания и даже наслаждений. Царь Соломон прожил яркую, насыщенную жизнь. Он характеризует ее следующим образом: «Я предпринял большие дела: построил себе домы, посадил себе виноградники, устроил себе сады и рощи, и насадил в них всякие плодовитые дерева; сделал себе водоемы для орошения из них рощей... также крупного и мелкого скота было у меня больше, нежели у всех, бывших прежде меня в Иерусалиме; собрал себе серебра и золота и драгоценностей... Чего бы глаза мои ни пожелали, я не отказывал им; не возбранял сердцу моему никакого веселия...» (Еккл. 2:4-10).

Как видим, Соломон сполна вкусил все «прелести» земной жизни. И все же на склоне лет этот мудрец пришел к следующему умозаключению: «И оглянулся я на все дела мои, которые сделали руки мои, и на труд, которым трудился я, делая их: и вот, все – суета и томление духа, и нет от них пользы под солнцем!» (Еккл. 2:11). В сущности, Соломон снова спрашивает: «И это все?».

Возможно, вы ожидаете, что я стану вас убеждать в том, что у христиан в этой земной жизни все по-другому. Однако вы ошибаетесь. Обращаясь к жителям древнегреческого города Коринфа, апостол Павел писал: «И если мы в этой только жизни надеемся на Христа, то мы несчастнее всех человеков» (1 Кор. 15:19).

Если все, на что мы можем рассчитывать, – это жизнь «здесь и сейчас», то наше существование лишено смысла.

К счастью, Библия сообщает, что мы были созданы для чего-то несоизмеримо большего, чем эта краткая и полная скорбей жизнь. В ней описывается время, когда ни смерть, ни страдания еще не существовали и перед человечеством открывалась прекрасная перспектива вечной жизни.

Нынешняя земная жизнь представляет собой «отклонение от нормы», искажение первоначального плана, ставшее результатом грехопадения человека.

Перед вознесением на Небо Иисус заверил своих учеников в том, что идет приготовить для них место. И это будет место, в котором мы больше не будем чувствовать себя «не в своей тарелке», ведь мы вернемся на родину. Любящей рукой Бог отрет с наших глаз слезы. «И смерти не будет уже; ни плача, ни вопля, ни болезни уже не будет, ибо прежнее прошло» (Откр. 21:4).

Этот обещанный мир настолько отличается от того, в котором мы привыкли находиться, что представить его можно лишь отчасти. «Но, как написано: "не видел того глаз, не слышало ухо, и не приходило то на сердце человеку, что приготовил Бог любящим Его"» (1 Кор. 2:9).

Помня это обетование, все тот же апостол Павел, которого за проповедь Евангелия побивали камнями, гнали, подвергали тюремному заключению и в конце концов казнили, мог с легким сердцем написать своим друзьям, находившимся в Риме, следующее: «Ибо думаю, что нынешние временные страдания ничего не стоят в сравнении с тою славою, которая откроется в нас... Ибо я уверен, что ни смерть, ни жизнь, ни Ангелы, ни Начала, ни Силы, ни настоящее, ни будущее, ни высота, ни глубина, ни другая какая тварь не может отлучить нас от любви Божией во Христе Иисусе, Господе нашем» (Рим. 8:18, 38, 39).

Итак, «здесь и сейчас» – это все, на что мы можем рассчитывать?

К счастью, нет. Впереди спасенных ожидает славное будущее!



ЧУДО НА РЫНКЕ

Однажды мы с внучкой пришли на рынок за овощами. Стоя в очереди, я вдруг услышала, как малышка закричала: «Бабуля, у меня ножка застряла, вытащи ее». На асфальте лежали деревянные поддоны, доски которых были прибиты на расстоянии друг от друга. Внучка провалилась, и ее нога застряла между досками. Я наклонилась, чтобы помочь Маше. Вдруг подул очень сильный ветер, и палатка упала. Когда я разогнулась, над нашими головами кружился, как пушинка, тяжелый металлический лом. Я только успела произнести: «Господи, спаси нас».

Лом упал к нашим ногам, никого не задев. Очередь на миг замерла. Потом к нам подошла одна женщина и сказала: «Христос вас очень любит, ведь Он только что спас вас». Я ответила, что я – верующий человек и тоже очень люблю Христа. Оказывается, на крыше палатки лежал этот тяжелый лом, чтобы ее не сносило ветром, но это не помогло.

Наш милосердный Господь никогда не оставит в беде Своих верных детей! Если мы откроем глаза своей души, то сможем увидеть, сколько раз Он спасал нас от беды! Я так благодарна моему любящему Господу за Его заботу и охрану!

Л. Д. Шевелева



ставьте, что происходит с Земною корою! По разрушительной силе первое место занимает землетрясение, произошедшее 28 июля 1976 года в китайском городе Тянь-Шань. По данным стихия унесла жизни около 800 000 людей.

26 декабря 2004 г. произошло еще одно не менее разрушительное землетрясение. Затронув несколько азиатских стран, оно нанесло мощный удар побережью Индийского океана – от Индонезии до восточной Африки. Землетрясение силой 9,2 бала по шкале Рихтера спровоцировало огромное цунами, унесшее жизни около 230 000 человек. Не так давно, 12 января 2010 г., в результате землетрясения, потрясшего Гаити, погибло почти 232 000 человек, несколько миллионов остались без крова над головою. Столица Гаити, Порт-о-Пренс, была почти полностью разрушена. Эту ужасающую статистику можно было бы продолжить. Однако важно другое. Один из жителей крупного города сказал, что настолько свыкся со звуком пожарных серен, что спокойно спал бы, даже если бы огонь полыхал в его доме. Существует ли опасность того, что и мы теряем бдительность?

АМОРАЛЬНОСТЬ

О допотопном мире Слово Божье сообщает следующее: «И увидел Господь, что велико развращение человеков на земле и что все мысли и помышления сердца их были зло во всякое время» (Быт.6:5). Почему нам необходимо об этом знать? Потому, что между тем временем и нашим существует немало общего. Христос сравнивает: «Но как было во дни Ноя, так будет и во дни Сына Человеческого: Ибо, как во дни перед потопом ели, пили, женились и выходили замуж, до того дня, как вошел Ной в ковчег, и не думали, пока не пришел потоп и не истребил всех,- так будет и пришествие Сына Человеческого» (Мф. 24:37-39).

С точки зрения морали, наш век можно смело назвать веком распущенности, поскольку то, чего раньше стеснились, сегодня активно пропагандируется. Центрами распущенности и аморальности являются города. Кто-то отметил, что первый сад насадил Господь, а первый город построил Каин. Атеист Вольтер писал: «Чем люди образованней, тем они свободней!». Однако его последователи шагнули дальше, сказав: «Чем люди свободнее, тем они образованней!». В этом и заключалась причина их гибели. Антуан де Ривароль писал: «Образование – это нечто большее, чем заполненный знаниями разум. Это наполненное любовью сердце». Таким образом, то, чему учат в школах и университетах, само по себе не является образованием. Учебные заведения лишь предоставляют возможность получения образования. «Образование разума» в сочетании с развращенным сердцем превращается в опасное оружие для осуществления «изысканных» преступлений.

Результаты аморальной жизни и сексуальной распущенности не заставили себя долго ждать: со времени появления «чумы» нашего века – СПИДа – этим неизлечимым недугом заболело более 60 млн. человек, из которых почти 25млн. уже умерли. В современном мире с этим страшным диагнозом живет около 40 млн человек.

К сожалению, в 2011 г. Украина занимала 1 место в Европе по темпам распространения ВИЧ/СПИДа. По данным Министерства здравоохранения, в Украине официально зарегистрировано более 185 000 случаев ВИЧ – инфицирования, а по данным ВООЗ – вдвое больше. Самым ужасным является то, что общественность пребывает в ожидании чудесной вакцины против СПИДа, с тем чтобы продолжать вести аморальный образ жизни, оставаясь при этом здоровым! Мало кто понимает, что единственная защита от СПИДа и венерических заболеваний – воздержание от беспорядочных сексуальных контактов. Это самый надежный способ оградить тело и душу от нечистоты.

ГЛАВНЫЙ ПРИЗНАК

Когда Иисус говорил о предыдущих признаках, то предупредил: «Но это еще не конец» (Матф.24:6). Однако затем Он добавляет: «И проповедано будет сие Евангелие Царствия по всей вселенной, во свидетельство всем народам; и тогда придет конец» (Матф.24:14).

Это конец старого, но в то же время начало нового мира! Конец греху и его последствиям: несчастьям, стихийным бедствиям, катастрофам, болезням и смерти! Думаете, это невозможно? Во времена Советского Союза считалось, что атеизм и безбожие будут господствовать на его территории вечно. Однако Бог в течение нескольких дней уничтожил систему, которая за 73 года террора замучила около 100 млн. невинных людей!

Бог не стремится запугать нас событиями конца света. Напротив, Он поддерживает нас: «Когда же начнет это сбываться, тогда восклонитесь и поднимите головы ваши, потому что приближается избавление ваше» (Лк. 21:28).

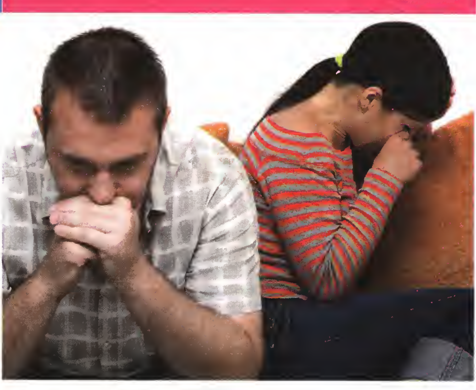
Спасти весь мир вместе со всеми творящимися в нем беззакониями и неправдой невозможно, но отдельных людей – вполне реально. Все будет зависеть от нашего личного выбора.

Однажды известный скрипач давал концерт в одном из городов. Его блестящая игра очаровала присутствующих. После каждого исполненного произведения из зала раздавались овации. Те, кто сидел в первых рядах, заметили, что маэстро чем-то взволнован и то и дело поглядывает на балкон. Позже выяснилось, что там находился его учитель. Когда скрипач исполнил последнее произведение, лицо учителя озарилось улыбкой. Душа музыканта запела от радости. Наивысшей наградой для него являлись не аплодисменты публики, а одобрения учителя. То, что для меня является главным, в конечном счете определит мою вечную участь. Так что же это: человеческие аплодисменты или одобрение Небесного Учителя?

Седьмая заповедь «Не прелюбодействуй» (Исх. 20:14).

КЛЕЙ ДУШИ

Лоран Уэйд



Седьмая заповедь выражает фундаментальный закон жизни, принцип, глубоко запечатленный в наших умах и сердцах. Он основан на том, как мы устроены, и никто не может поломать его, не разрушив чего-то глубинного внутри.

Один из наиболее известных отрывков Библии помогает нам понять, почему это так. Даже люди, никогда не открывавшие Библию, слышали о словах, записанных в Быт. 2:21-24. К сожалению, это изречение иногда используют в шуточной форме. Но если мы с уважением и серьезностью задумаемся над ним, то обнаружим его глубокое значение. Текст говорит: «И навел Господь Бог на человека крепкий сон; и, когда он уснул, взял одно из ребер его, и закрыл то место плотию. И создал Господь Бог из ребра, взятого у человека, жену, и привел ее к человеку» (Быт. 2:21, 22).

Первые слова Адама, произнесенные им при виде направляющегося к нему прекрасного создания, свидетельствуют о том, что он на самом деле понял произошедшее. С глубоким чувством он воскликнул: «Вот, это кость от костей моих и плоть от плоти моей» (ст. 23).

Радость Адама отображала начало сексуальных отношений первой пары, так как сразу после этого говорится: «Потому [вот она, причина: жена взята из тела мужчины, она является костью от костей его и плотью от плоти его – прим. авт.] оставит человек отца своего и мать свою, и прилепится к жене своей; и будут одна плоть» (ст. 24). Их повторное единение в одну плоть связано с тем, что они по своему происхождению были одной плотью. Божье намерение заключается в том, чтобы через сексуальные отношения плоть могла соединиться с плотью, а дух с духом.

Широко известный термин популярной психологии отражает концепцию, преподанную в Быт. 2:22-24, называя ее «идентификацией». «Идентифицировать» себя с какими-то личностями подразумевает намного больше, чем сочувствовать им или заботиться о них. Это значит, что мы начинаем отождествлять себя с ними. Благодаря идентификации мы можем посмотреть на мир их глазами, узнать их радости и печали. Эта могущественная сила приходит в действие, когда мы начинаем плакать в конце трогательного кинофильма. Наши слезы катятся по щекам, потому что актер помог нам идентифицировать себя с героем фильма, так что его утрата в каком-то смысле становится нашей.

Когда Адам увидел приближающееся к нему прекрасное создание, в его сердце возникло безграничное чувство идентификации с ним. Женщина была частью его самого, поскольку была взята из его тела. В этом заключалась причина пережитого им невероятного по своему воздействию опыта, когда он воскликнул: «Вот, это кость от костей моих и плоть от плоти моей»! Что могло быть для Адама более прекрасным и естественным, чем держать ее в своих руках, ощущать ее тело, прижимающееся к нему, и разделить с ней удовольствие, которое, согласно намерению Божьему, должно было сопутствовать их радостному соединению?

Бог создал и задумал сексуальные отношения как сильное средство идентификации и единения. Иными словами, это клей души.

Это не просто красиво звучащая теория или радужная мечта. Наука открыла мощные химические вещества, продуцируемые организмом во время интимной близости. Они усиливают единение пары. Гормон, называемый окситоцином, оказывает прямое воздействие на мозг, чтобы упрочить наши взаимоотношения и идентификацию, и он интенсивнее вырабатывается во время интимной близости. Это значит, что Бог предусмотрел: физический аспект сексуального акта должен быть частью абсолютной близости сердца и разума, то есть брака.

Апостол Павел также говорит об объединяющей функции интимной близости и указывает, что она действует даже тогда, когда мы, возможно, не имели подобного намерения. Это значит: вопреки мнению некоторых, в действительности невозможно иметь сексуальные отношения и затем устраниться от них, полагая, что ничего особенного не произошло. «Или не знаете, что совокупляющийся с блудницею становится одно тело с нею? – спрашивает Павел. – Ибо сказано: два будут одна плоть» (1 Кор. 6:16). Иисус также ссылался на связующую функцию физической близости. «Не читали ли вы, что Сотворивший в начале мужчину и женщину сотворил их? И сказал: посему оставит человек отца и мать и прилепится к жене своей, и будут два одною плотью, так что они уже не двое, но одна плоть. Итак, что Бог сочетал, того человек да не разлучает» (Мф. 19:4-6).

Подобно Павлу, Иисус говорит, что сексуальные отношения являются предназначенным Богом средством для крепкого и прочного соединения жизней двух людей. Это предусмотренный Небом способ скрепления сердец неразрывными узами, дабы их нельзя было впоследствии разъединить, не нанеся при этом серьезного ущерба.

БЕЗОПАСНЫЙ СЕКС

Один из терминов, используемых пособниками сексуальной революции, – «безопасный секс». Это выражение способствовало тому, что миллионы людей поверили, будто стиль жизни, позволяющий иметь интимную близость со всеми окружающими, на самом деле безопасен. Они убеждены: презервативы могут предотвратить заболевания. Вне всякого сомнения, подобные средства частично оказывают в этом помощь, однако такая защита лишь снижает, но отнюдь не может исключить риск. Более того, этот миф основан на идее, что болезнь является единственным нежелательным следствием подобного поведения. Однако результаты нарушения Седьмой заповеди и блуда долговременны и многообразны.

Частью упомянутого распространенного мифа является идея о том, что «прежде чем купить автомобиль, вы должны на нем прокатиться». Звучит логично, не так ли? Совместное проживание, называемое сожительством, представляется безопасным способом проверить друг друга на совместимость. Считается, что это превосходный метод достичь совершенного супружества.

Однако статистика представляет противоположные выводы: у супружеских пар, начавших свою жизнь таким образом, в два раза больше вероятность развода в течение первых десяти лет по сравнению с остальными первыми браками.

Более того, недавние исследования обнаружили, что у сожительствующих пар проявление физической агрессии в их взаимоотношениях в три раза выше, чем у женатых, а уровень насилия почти в пять раз выше, чем у семейных пар. Чем больше они сексуально активны до брака, тем более вероятно, что один или оба супруга будут изменять другому после заключения брака. Неудивительно, что женщины, ведущие такой образ жизни, имеют намного высший показатель депрессии и намного низший показатель сексуального удовлетворения, чем состоящие в законных брачных отношениях.

Недавняя вспышка БППП (болезней, передающихся половым путем) бросает вызов концепции безопасного секса. Обзор научной литературы показывает, что неспособность презервативов предотвратить передачу вируса ВИЧ, вызывающего СПИД, колеблется от 15 до 31 процента. Поэтому не стоит удивляться, что хотя за последние 25 лет возросло использование презервативов, стремительно возросли заболеваемость и новые виды БППП.

В 1960-х годах, перед началом «сексуальной революции», основными заболеваниями, передающимися посредством полового контакта, были сифилис и гонорея. Казалось, что они вскоре должны исчезнуть, ибо наметилось сильное развитие базы антибиотиков. Сегодня медицина насчитывает свыше двадцати широко распространенных видов БППП со средним показателем более чем 15 миллионов новых случаев заболеваний ежегодно только в Соединенных Штатах. Двумя третями всех БППП болеют люди моложе 25 лет. Каждый год 3 миллиона подростков в США заражаются этими болезнями. В целом, каждый четвертый сексуально активный подросток в этой стране инфицирован.

Лидирующее положение среди вирусов БППП занимает папилломовирус человека (ПВЧ), насчитывающий 5,5 миллионов новых случаев каждый год.

Другим смертельным бичом является Chlamydia trachomatis, поражающий фаллопиевы трубы и являющийся причиной бесплодия. Медицина все еще не имеет вакцины против таких вирусных заболеваний, как герпес и вирус иммунодефицита человека (ВИЧ), являющийся причиной СПИДа. В соответствии с данными Центра по контролю и предотвращению заболеваний (США), СПИД является лидирующей причиной смертности людей в возрасте от 25 до 44 лет.

Простое цитирование статистических данных не может передать, что значит, когда ваша жизнь разрушается ВИЧ-инфекцией или когда ваши близкие умирают от СПИДа. Смею вас заверить, это ужасная смерть.

КАК НАСЧЕТ ДЕТЕЙ?

Еще более печальным результатом сексуальной революции было пятикратное увеличение числа детей, вырастающих в домах родителей-одиночек. В соответствии с данными Национального центра статистики здоровья, 33 процента от общего числа новорожденных в США в 2002 году составляли внебрачные дети. Для сравнения: в 1960-м их было 7 процентов. И это происходит, несмотря на то, что ежегодное количество абортов в США насчитывает более 1,3 миллиона.

Дети в домах родителей-одиночек подвергаются насилию, попадают в тюрьму, прогуливают занятия, остаются на второй год или исключаются из школы, употребляют марихуану, кокаин и табак, носят оружие, имеют серьезные эмоциональные и поведенческие проблемы, страдают от физических недугов, ведут беспорядочную половую жизнь, становятся одинокими родителями, страдают от депрессии и совершают самоубийства.

Все это – наиболее очевидные результаты наступившей «свободы». Действительность такова, что произошли радикальные изменения в моральных стандартах некоторых общественных элементов, но назвать это «освобождением» или способствовать этому как прогрессу и улучшению будет подобно браваде по поводу свободы курения. Ежегодное количество людей, умирающих в результате сексуальной революции, намного превосходит ежегодное количество умирающих от курения.

ОБРЕТЕНИЕ КОНТРОЛЯ

Иисус говорит, что прелюбодеяние начинается там, где и заканчивается, – в сердце. «Вы слышали, что сказано древним: «не прелюбодействуй». А Я говорю вам, что всякий, кто смотрит на женщину с вожделением, уже прелюбодействовал с нею в сердце своем» (Мф. 5:27, 28).

Спаситель указывает, что сексуальные желания возникают в разуме, а разум стимулируется чувствами, когда кто-то «смотрит на женщину с вожделением». Ментальный секс – необузданные сексуальные фантазии – могут показаться невинным приятным времяпрепровождением, однако это не так. Созерцание сцен, вызывающих сексуальное желание, слушание или чтение историй и описаний сексуального характера сильнейшим образом стимулируют подобные фантазии. Именно здесь должна начаться битва за самоконтроль.

Часто говорят о загрязнении окружающей среды предприятиями тяжелой промышленности. Однако существует другой, еще более распространенный вид не менее опасного загрязнения. Это загрязнение разума и душ людей теми, кто использует сексуально стимулирующие образы на рекламных щитах, в прессе, на телевидении, в театрах и где только предоставляется такая возможность.

Сегодня не утихают общественные дебаты по поводу сексуального образования. По мнению одних, мы должны говорить молодежи, что единственным безопасным сексом является полное воздержание от него: «Просто скажите "нет"». Их оппоненты опротестовывают данное мнение тем, что такая идея просто не срабатывает. Не имеет значения, сколько раз вы будете говорить им об этом, они все равно поступают по-своему.

По всей видимости, правы и те, и другие. Как молодые люди смогут поступать правильно, если на каждом шагу подвергаются бомбежке стимулирующими образами и сексуальной пропагандой средств массовой информации? Мы должны им объяснить (вместо претензий), и мы все (а не только подростки) должны понять: сексуальный контроль начинается в том месте, о котором говорил Иисус, – в нашем разуме. Если позволяем себе время от времени ходить по лезвию бритвы, если наш план защиты состоит только в том, чтобы остановиться у края пропасти, мы непременно падем.

Именно здесь решающую роль может сыграть свобода выбора. Рекламные агентства могут публиковать стимулирующие картинки, но они не могут заставить нас смотреть на них или покупать их. Авторы песен могут использовать вульгарную лексику в своих произведениях, но они не могут заставить вас слушать их или сосредоточивать внимание на их содержании. Никто не может обязать нас против нашей воли продолжать просмотр пошлого видеофильма и телепрограммы или дружить с людьми, настойчиво предлагающими нам свои фальшивые ценности и рассказывающими небылицы о своих похождениях и победах.

«Что только истинно, что честно, что справедливо, что чисто, что любезно, что достославно, что только добродетель и похвала, о том помышляйте» (Флп. 4:8). Вот где должна проходить передовая линия битвы за чистоту. Только отвернувшись от зла, наполнив разум благородными мыслями и предоставив Богу первое место в своей жизни, мы можем выиграть эту битву. «Твердого духом Ты хранишь в совершенном мире; ибо на Тебя уповает он» (Ис. 26:3).

СНОВА НЕВРЕДИМЫЕ

В совершенном обществе мы могли бы завершить данную статью на этом месте, но мы живем в поврежденном и причиняющем боль мире. Не сомневаюсь, что некоторые из вас, читая эти строки и оглядываясь на свою жизнь, хотели бы о многом забыть.

В один злополучный день группа людей подошла к Иисусу, влача за собой женщину, которую они швырнули к Его ногам, как грязную тряпку. «Учитель, – сказали они, – эта женщина взята в прелюбодеянии» (Ин. 8:4).

После того как Иисус разобрался с этими лицемерами и они ушли, Он спросил женщину: «Где твои обвинители? никто не осудил тебя?» (ст. 10). Удивленная, она открыла глаза и посмотрела вокруг. Затем тихо ответила: «Никто, Господи!» (ст. 11). Вопрос Иисуса относится ко всем, кто, поддавшись греху, впоследствии почувствовал угрызения совести и отчаяние. Спаситель сказал женщине: «И Я не осуждаю тебя; иди и впредь не греши» (ст. 11).

«Ибо не послал Бог Сына Своего в мир, чтобы судить мир, но чтобы мир спасен был чрез Него» (Ин. 3:17). «Итак, нет ныне никакого осуждения тем, которые во Христе Иисусе живут не по плоти, но по духу» (Рим. 8:1).

Мне довелось знать многих людей, для которых Седьмая заповедь стала камнем преткновения, и я видел боль и далеко простирающиеся повреждения от их падения. Но я также был очевидцем исцеления, надежды и восстановления и знаю, что это возможно.

Я благодарю Бога за Седьмую заповедь. Она показывает, как сильно Он любит нас и заботится о нас, чтобы предостеречь от ужасной опасности. Я также благодарен, что прощение и восстановление возможно и доступно для всех.

ТВ-програма на июль*

ВОСКРЕСЕНЬЕ

00:00 Богослужение в храме на Подоле
01:20 Біблія свідчить
01:30 ...є Любов
02:00 Біблія продовжує говорити
02:30 Поспілкуймося
03:30 Лицом к лицу
04:00 Познавая непостижимое
04:30 Детонация
05:00 Вера. Человек. Судьба
05:30 Непростое состояние
06:00 Дорогами християнства
06:30 Інша сторона
07:10 Люди и судьбы
07:30 ...есть Любовь
08:00 Так промовляє Біблія
08:30 Счастье вопреки всему
09:20 Ваша думка
09:30 Вкус здоровья
09:45 Готовим вместе
10:00 Диагноз: здоровье
10:30 Сила креста
11:00 Малюваки
11:20 Музична скринька
12:00 Богослужение в храме на Подоле
13:20 Настав час
13:30 Познавая непостижимое
14:00 Великие пророки Библии
14:30 Вдохновение
15:00 Десять Заповедей (сурдоперевод)
15:10 Счастье вопреки всему (сурдоперевод)
16:00 Дружболандия
16:20 В гостях у Добрячка
16:40 Взаправду
17:00 Непростое состояние
17:30 Вкус здоровья
17:50 Біблія свідчить
18:00 Детонация
18:30 Так говорит Библия
19:00 Поспілкуймося
20:00 ...є Любов
20:30 Модная книга
21:00 Вісті надії
21:20 Біблія, як вона є
21:30 Сила креста
22:00 Вера. Человек. Судьба
22:30 Богослужіння у Львові
23:10 Ваша думка
23:20 5 хвилин для вічності
23:30 Так промовляє Біблія

ПОНЕДЕЛЬНИК

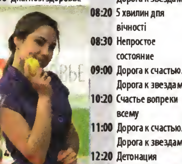
00:00 Інша сторона
00:40 Ваша думка
00:50 Музична скринька
01:30 Счастье вопреки всему
02:20 Настав час
02:30 Так говорит Библия
03:00 Дорогами християнства
03:30 Готовим вместе
03:45 Люди и судьбы
04:00 Сила креста
04:30 Вісті надії
04:50 Богослужіння у Львові
05:30 Детонация
06:00 Дружболандия
06:15 Малюваки
06:30 В центре внимания
07:00 Дорога к счастью. Дорога к звездам
08:20 Інша сторона
09:00 Дорога к счастью. Дорога к звездам
10:20 5 хвилин для вічності
10:30 Вера. Человек. Судьба
11:00 Дорога к счастью. Дорога к звездам.
12:20 5 хвилин для вічності
12:30 Так промовляє Біблія
13:00 Я и ТЫ
14:00 Так говорит Библия
14:30 ...є Любов
15:00 Непростое состояние (сурдоперевод)
15:30 Диагноз: здоровье (сурдоперевод)
16:00 Чудесный магазин
16:30 Малюваки
17:00 Познавая непостижимое
17:30 В центре внимания
18:00 Дорогами християнства
18:30 Вера. Человек. Судьба
19:00 В пошуках істини
19:30 Великие пророки Библии
20:00 Познаем истину
20:50 Вечірні історії
21:00 Детонация
21:30 ...есть Любовь
22:00 Вдохновение
22:30 Непростое состояние
23:00 Познаем истину
23:50 Біблія, як вона є

ВТОРНИК

00:00 Поспілкуймося
01:00 В центре внимания
01:30 Познавая непостижимое
02:00 Дорогами християнства
02:30 Вдохновение
03:00 Вера. Человек. Судьба
03:30 Так говорит Библия
04:00 Лицом к лицу
04:30 Інша сторона
05:10 Вкус здоровья
05:30 Сила креста
06:00 Малюваки
06:15 Дружболандия
06:30 Мастерская добрых дел
06:40 Модная книга
07:00 Дорога к счастью. Дорога к звездам.
08:20 5 хвилин для вічності
08:30 Детонация
09:00 Дорога к счастью. Дорога к звездам
10:20 5 хвилин для вічності
10:30 Познавая непостижимое
11:00 Дорога к счастью. Дорога к звездам
12:20 Вісті надії
12:40 Поспілкуймося
13:40 Великие пророки Библии
14:10 Познаем истину
15:00 Познавая непостижимое (сурдоперевод)
15:30 ...есть Любовь (сурдоперевод)
16:00 Дружболандия
16:20 В гостях у Добрячка
16:40 Взаправду
17:00 Дорогами християнства
17:30 Я и ТЫ
18:30 ...есть Любовь
19:00 Біблія продовжує говорити
19:30 Непростое состояние
20:00 Так говорит Библия
20:30 Вопрос служителю церкви
20:50 Вечірні історії
21:00 Інша сторона
21:40 Счастье вопреки всему
22:30 Так промовляє Біблія
23:00 Музична скринька
23:40 5 хвилин для вічності
23:50 Настав час

СРЕДА

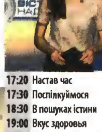
00:00 Вісті надії
00:20 Богослужіння у Львові
01:00 Вдохновение
01:30 Познавая непостижимое
02:00 ...есть Любовь
02:30 Поспілкуймося
03:30 Непростое состояние
04:00 Я и ТЫ
05:00 Детонация
05:30 Біблія продовжує говорити
06:00 Чудесный магазин
06:30 Диагноз: здоровье
07:00 Дорога к счастью. Дорога к звездам
08:20 5 хвилин для вічності
08:30 ...есть Любовь
09:00 Дорога к счастью. Дорога к звездам
10:20 5 хвилин для вічності
10:30 Біблія продовжує говорити
11:00 Дорога к счастью. Дорога к звездам
12:20 Вера. Человек. Судьба
12:50 Диагноз: здоровье



13:20 Богослужіння у Львові
14:00 Поспілкуймося
15:00 Вкус здоровья (сурдоперевод)
15:20 Хочу вас спросить (сурдоперевод)
15:50 5 хвилин для вічності (сурдоперевод)
16:00 Малюваки
16:20 Дружболандия
16:40 В гостях у Добрячка
17:00 Сила креста
17:30 Інша сторона
18:10 5 хвилин для вічності
18:20 Музична скринька
19:00 Счастье вопреки всему
19:10 Настав час
20:00 Так промовляє Біблія
20:30 Модная книга
20:50 Вечірні історії
21:00 Я и ТЫ
22:00 ...є Любов
22:30 В центре внимания
23:00 Так говорит Библия
23:30 Познавая непостижимое

ЧЕТВЕРГ

00:00 Біблія продовжує говорити
00:30 Вера. Человек. Судьба
01:00 Контрасты души
01:30 Великие пророки Библии
02:00 Музична скринька
02:40 Вкус здоровья
03:00 Так говорит Библия
03:30 Вдохновение
04:00 Сила креста
04:30 Познавая непостижимое
05:00 Богослужение в храме на Подоле
06:20 Малюваки
06:40 В гостях у Добрячка
07:00 Дорога к счастью. Дорога к звездам
08:20 5 хвилин для вічності
08:30 Непростое состояние
09:00 Дорога к счастью. Дорога к звездам
10:20 Счастье вопреки всему
11:00 Дорога к счастью. Дорога к звездам
12:20 Детонация
12:50 Дорогами християнства
13:20 Познаем истину
14:10 Біблія продовжує говорити
14:40 Модная книга
15:00 Тора. Пророки. Писания (сурдоперевод)
15:30 ...есть Любовь (сурдоперевод)
16:00 Чудесный магазин
16:35 Дружболандия
17:00 Вісті надії



17:20 Настав час
17:30 Поспілкуймося
18:30 В пошуках істини
19:00 Вкус здоровья
19:20 В центре внимания
19:50 Познавая непостижимое
20:20 ...є Любов
20:50 Вечірні історії
21:00 Богослужение в храме на Подоле
22:20 Біблія, як вона є
22:30 Так промовляє Біблія
23:00 Сила креста
23:30 Детонация

ПЯТНИЦА

00:00 Так говорит Библия
00:30 Познавая непостижимое
01:00 ...є Любов
01:30 Я и ТЫ
02:30 Лицом к лицу
03:00 Непростое состояние
03:30 Богослужение в храме на Подоле
04:40 Вісті надії
05:00 Счастье вопреки всему
05:50 Біблія, як вона є
06:00 В гостях у Добрячка
06:15 Мастерская добрых дел
06:30 Так промовляє Біблія
07:00 Дорога к счастью. Дорога к звездам
08:20 Сила креста
08:50 5 хвилин для вічності
09:00 Дорога к счастью. Дорога к звездам
10:20 5 хвилин для вічності
10:30 В центре внимания
11:00 Дорога к счастью. Дорога к звездам
12:20 5 хвилин для вічності
12:30 Непростое состояние
13:00 Поспілкуймося
14:00 Біблія, як вона є
14:10 Счастье вопреки всему
15:00 Непростое состояние (сурдоперевод)
15:30 Диагноз: здоровье (сурдоперевод)
16:00 Малюваки
16:20 В гостях у Добрячка
16:40 Взаправду
17:00 Вдохновение
17:30 Ваша думка
17:40 Познаем истину
18:30 Богослужіння у Львові
19:10 Біблія, як вона є
19:20 5 хвилин для вічності
19:30 Інша сторона
20:10 Музична скринька
20:50 Вечірні історії
21:00 Так говорит Библия
21:30 Великие пророки Библии
22:00 В пошуках істини
22:30 Біблія продовжує говорити
23:00 ...є Любов
23:30 Вера. Человек. Судьба

СУББОТА

00:00 Богослужение в храме на Подоле
01:20 Біблія продовжує говорити
01:50 Інша сторона
02:30 Богослужіння у Львові
03:10 Счастье вопреки всему
04:00 Так промовляє Біблія
04:30 Дорогами християнства
05:00 Сила креста
05:30 Я и ТЫ
06:30 ...є Любов
07:00 Познавая непостижимое
07:30 Так говорит Библия
08:00 В пошуках істини
08:30 Біблія продовжує говорити
09:00 Богослужіння у Львові
09:30 Біблія, як вона є
09:50 Біблія свідчить
10:00 Познаем истину
10:50 Ваша думка
11:00 Вдохновение
11:30 Богослужение в храме на Подоле **Прямой эфир**
12:50 5 хвилин для вічності
13:00 Так промовляє Біблія
13:30 Детонация
14:00 5 хвилин для вічності
14:10 Десять Заповедей
14:20 Музична скринька
15:00 Богослужение в храме на Подоле
16:20 Дружболандия
16:40 Біблія, як вона є
16:50 5 хвилин для вічності
17:00 ...є Любов
17:30 Вера. Человек. Судьба
18:00 Я и ТЫ
19:00 Вопрос служителя церкви
19:20 Настав час
19:30 Дорогами християнства
20:00 Счастье вопреки всему
20:50 Біблія свідчить
21:00 Біблія продовжує говорити
21:30 Познавая непостижимое
22:00 В центре внимания
22:30 Так промовляє Біблія
23:00 Вісті надії
23:20 5 хвилин для вічності
23:30 Лицом к лицу

hope.ua

ВОПРОС СЛУЖИТЕЛЮ ЦЕРКВИ
СУББОТА 19:00

Параметры настройки спутникового телеканала "Надія":

Канал: Nadiya TV
Спутник: ASTRA-4A (Sirius), 5° в.д.
Частота приёма: 12.284 МГц
Поляризация: V, FEC ¾
Скорость потока: 27.500 Мбит / с

КРУГЛОСУТОЧНО

Смотрите программы телеканала "Надія" в кабельных сетях Украины, а также в сети Интернет
24 часа в сутки
7 дней в неделю на сайте
www.hope.ua

Телефоны горячей линии:

0 800 50 157 80
life:) (093) 50-157-80
МТС (066) 707-00-05
(098) 707-00-05

Молитвенная поддержка
Разговор со священнослужителем
Семейная консультация
Вопросы, пожелания и предложения

Изучайте Библию вместе с нами on-line на сайте **www.bibleschool.com.ua**

Ваши предложения, пожелания, замечания присылайте по адресам:

contact@hope.ua
а/я 36, Киев - 71, 04071 Украина
contact-hope

*Телеканал оставляет за собой право внесения изменений в ТВ- программе.

Живем, как рыбы в воде

Однажды рыбы в реке услышали, как люди говорят, будто рыбы могут жить только в воде. Они очень удивились и стали спрашивать друг друга: «Что такое вода?».

Спрашивали, спрашивали – никто не знает. Тогда одна рыба сказала: «Говорят, в море живет старая мудрая рыба, она, должно быть, знает, что такое вода. Поплывем к ней и спросим».

И вот поплыли рыбы туда, где жила мудрая рыба, и спросили ее, что такое вода.

И старая мудрая рыба сказала: «Вода – это то, чем мы живем. Вы потому и не знаете воду, что живете в ней».

Что же можно сказать о людях, которые сомневаются в существовании Бога? Они не знают того, что мы, люди, живем Им, движемся и существуем только благодаря Богу. Мы дышим Его воздухом и пьем Его воду, ибо Он – наш Творец и Создатель. Мы принимаем Божьи блага ежедневно, но не всегда и не за все благодарим Его. Мы настолько привыкли иметь воздух, воду, свет, что это стало для нас обыденным. Но стоит чему-либо случиться или чего-то лишиться – и мы тут же бежим к Богу, сразу вспоминаем о Его существовании. Когда наши дети поступают неблагодарно, нас это огорчает. Насколько же мы сами ежедневно можем огорчать Господа своим безразличием!



Мина под матрасом

Этот случай произошел со мной, когда я был еще мальчиком.

В Орловской области есть деревня под названием Речица. Недалеко от нее находится поле, на котором, по рассказам старожилов, во время Великой Отечественной войны размещался немецкий склад боеприпасов.

В один день мы с другом решили пойти на это место за трубчатым порохом. И вот, собирая порох, Шурик нашел мину. Мы очень обрадовались этой находке, не представляя, к каким непредсказуемым последствиям она может привести.

Так как я был немного старше Шурика, то забрал мину себе, намереваясь впоследствии ее «разминировать» и узнать, из чего же она состоит. Придя домой, я решил спрятать «драгоценную» находку. И не придумал ничего лучшего, как засунуть ее под матрас собственной кровати.

Прошло некоторое время, и я забыл о «сокровище». Как-то моя бабушка решила поменять белье на моей кровати. Когда она снимала простыни, то с ужасом обнаружила под матрасом мину. Недолго думая, бабуля побежала к отцу, который жил в этой же деревне по соседству. На счастье, он оказался дома. Увидев мину, он был шокирован, а когда я вскоре пришел домой, он, конечно же, наказал меня. Потом были вызваны саперы, которые аккуратно изъяли опасную находку.

На этой мине я проспал семь дней. Только по доброй воле Божьей она не разорвалась. Сатана хотел жертв и крови, но Господь не позволил ему осуществить задуманное. Бабушка была человеком верующим, и после этого случая она со слезами на глазах восхваляла Господа за то, что Он не допустил трагедии. Слава Ему и хвала!





Пророк

Велик пророк! Велике його слово –
Воно луна, як дзвін той голосний.
Все плем'я рідне слухати готово
Натхненну мову, гомін той дивний.

Пророк в громаді, наче кедр в діброві,
Здійма він високо своє чоло,
І мужі товпляться, і чорноброві
Жінки з дітьми малими вкруг його.

І по степу широкім розляглося
Казання віщого пророка-ватага,
Тим словом кожне серце пройнялося,
Огонь палкий по душах пробіга.

«Ти батько наш! – пророку люд гукає. –
Ти світло яснеє сліпим очам!
Проводар наш! Твоя рука вгадає
Той шлях у край, одданий Богом нам.

В твоїх устах – сама Господня воля,
Твоя рука – правиця єсть свята!
Нехай же в ній спочине наша доля,
Благословенна чиста дума та!

Веди ж ти нас великим шляхом правди!
З тобою душі наші і серця,
Тобі пребудем вірнії ми завжди,
Нехай святиться ввік година ця!»

Іде пророк на ту розмову к Богу,
Провадить же його прихильний люд,
Вкриває віттям пальмовим дорогу,
Хвалу співа, гуде тимпанів гуд.

І сльози чулі полились в пророка.
Як на горі він став на самоті,
Там, на Синаю. Вся душа глибока
В молитві серця вилилась отій.

В молитві щирій за свій люд нужденний,
Що долю доручив йому свою:
«О Господи, порадь той люд спасенний,
Подай Свій заповіт святий, молю!

Нехай скріпить він чистії бажання
Всього народу вірного мого,
Нехай в скрижалях Божії сказання
Затвердять [illegible]ку щирую його!»

І довго ревно так пророк молився,
І виблагав з небес той заповіт.
З гори ж зійшов, в долині опинився, –
Укрив чоло йому холодний піт!

Що ж там побачив він серед долини?
Нічого!.. Люд отой, що йшов за ним,
Недавно так, – щасливої хвилини! –
Тепер стояв перед стовпом німим!

Перед безглуздим ідолом простягшись,
Народ пророків ідолу моливсь,
Бику з металу, віри одцуравшись
Недавньої... І мовчки подививсь

Пророк на люд той свій зрадливий.
Скипіло серце з жалю та з печалі,
Прокляв той час гіркий та нещасливий,
Об землю він розбив святі скрижалі!..

Та другий жаль прокинувсь у пророка,
Як довше він на свій народ дививсь:
Йому з'явилась яма та глибока
Душевная, в котру той люд точивсь.

І полились в пророка сльози знову,
І він одрікся жалю свойого,
До Бога знов здійняв гарячу мову,
Щоб спас нещасний рідний люд його!

ВЕРА ПРОТИВ СТРАХА



Подготовил А. Васенев

Жизнь похожа на большую реку, которая разделяется на два рукава. Первый рукав несет в своем течении тех, кто нацелен на успех, здоровье и счастье. Второй рукав реки жизни течет в противоположном направлении, и по нему плывут те, чей удел – болезни, несчастья, преждевременное старение, нужда и неудачи.

Эта река реальна, но протекает она в умах людей и несет в своем течении не воду, а мысли. Первый из указанных рукавов реки несет позитивные мысли, второй – негативные. И наиболее негативной из всех эмоционально окрашенных мыслей является страх.

Большинство людей на вопрос о том, чего они больше всего боятся, отвечают: «Я ничего не боюсь». Такой ответ не соответствует действительности, поскольку каждый из людей в тот или иной промежуток времени испытывает один или несколько основных человеческих страхов: страх бедности, страх болезни, страх старости, страх критики, страх потери любви и страх смерти.

Миллионы людей в течение всей жизни подвержены некоторым или всем перечисленным страхам. Они живут в постоянном нервном напряжении. Их нервная система истощена. И в какой-то момент наступает срыв.

Страхи воздействуют и на материальную, и на духовную сторону жизни. Страх разрушает в человеке такие качества, как инициативность, энтузиазм. Он подрывает уверенность в себе, делает человека жадным, беспечным, подлым, жестоким и раздражительным в отношениях с другими людьми.

Страх опасен тем, что живет в подсознании человека. Чаще всего он подкрадывается, как вор в ночи, проникая в мозг и мешая ему нормально функционировать. Страх парализует человека.

По степени развития страх может проявляться как состояние боязливости, испуга и доходить до невыносимого ужаса.

Очень часто страх возникает в ситуациях неожиданных и неизвестных и достигает такой силы, что человек погибает. Известна старинная притча о страхе:

– Куда ты идешь? – спросил странник, повстречавшись с Чумой.

– Иду в Багдад. Мне нужно уморить там пять тысяч человек.

Через несколько дней тот же человек снова встретил Чуму.

– Ты обещала, что уморишь только пять тысяч, а уморила пятьдесят, – упрекнул он ее.

– Нет, – возразила она, – я погубила только пять тысяч, остальные умерли от страха.

Французский врач Ален Бомбар обнаружил, что главной причиной гибели людей при кораблекрушениях является чувство обреченности, ужас перед стихией. В своей книге он написал: «Жертвы легендарных кораблекрушений, погибшие преждевременно, я знаю, вас погубила не жажда. Раскачиваясь на волнах под жалобные крики чаек, вы умерли от страха!».

Вы не можете преодолеть стресс, постоянное нервно-психическое напряжение, депрессию, если полны страха.

Когда вы испытываете страх, очень трудно не впасть в отчаяние, не проникнуться к себе жалостью и не обидеться на весь мир, ведь вам кажется, что никому нет дела до ваших проблем. Это не так! Вы не одиноки. Рядом с вами по жизни идет любящий вас Бог.

ПРЕОДОЛЕНИЕ СТРАХА

Не убегайте от страха, анализируйте его. Не давайте этому чувству обмануть себя. То, чего человек больше всего боится, как правило, и происходит с ним, потому что его мысли постоянно связаны с объектом страха. Если вас беспокоит страх бедности – будьте более активными, получите дополнительную специальность, с любовью и заботой воспитывайте своих детей и с почтением относитесь к своим родителям. Тогда в старости вам не нужно будет бояться бедности и одиночества. Если вас беспокоит страх болезни – ведите здоровый образ жизни и будьте физически активны, исключите вредные привычки, развивайте позитивное мышление, радуйтесь и будьте всегда благодарны. Страх критики преодолевайте, помня: что бы вы ни делали, вы не сможете угодить всем, даже своим ближайшим родственникам. Поэтому, если критика объективная, поблагодарите и сделайте выводы, а если нет, успокойтесь сознанием того, что вы сделали все, что могли. Живите в мудрости и правде, и тогда мелкие нападки не смогут затронуть вас.

Страх оставаться одиноким и нелюбимым безосновательен. Оглянитесь вокруг, всегда найдется тот, кто нуждается в вашей любви. Сами проявляйте любовь к людям, и чувство одиночества покинет вас навсегда.

Ни на минуту не забывайте о том, что рядом с вами Тот, Кто любит вас больше всех на свете, вам необходимо лишь понять и принять эту любовь! И тогда страх покинет ваше сердце навсегда. «Ибо так возлюбил Бог мир, что отдал Сына Своего единородного, дабы всякий, верующий в Него, не погиб, но имел жизнь вечную» (Иоанна 3:16). Научитесь полагаться во всем на Господа, доверять Ему, несмотря ни на что!

Если в вашем сердце будет жить любовь к Богу, к ближнему, к самому себе, к окружающей вас природе – страх уйдет навсегда.

И НАРИСУЮ МИР ТАКИМ, КАКИМ ЛЮБЛЮ

Наталья Раченкова

То место, где Миша жил, условно называют «зоной». Это режимный сибирский поселок в окружении настоящих зон. Его нет ни на одной карте. Население поселка – «обслуживающий персонал». Здесь же поселяются и освободившиеся заключенные, если им некуда ехать. Отец Миши отбывал срок в одной из колоний. И мама, будучи беременной, поехала за ним. Но случилось несчастье – отец умер, а через двенадцать часов после его смерти на свет появился Миша.

«Даже когда я стал взрослым, никогда не задавал маме вопрос, почему она осталась в этом глухом поселке, а не вернулась домой. Я вообще не задавал ей лишних вопросов», – говорит он.

Для него, тогда еще малыша, понятие «дом» никак не вязалось с цветущим краем, где когда-то жила его семья. С самого рождения домом был «пятачок» в окружении лагерей, где он родился и вырос, где сам воздух был пропитан жестокостью, злобой и ненавистью.



«Обстановка была накалена до предела. Атмосфера зоны давила на всех. Нас, детей зэков, считали отбросами общества и постоянно унижали. Это была самая настоящая «зона», хотя мы и не были за колючей проволокой. С каждым годом росла и наша ненависть к «обслуживающему персоналу»: охране, администрации лагерей, – вспоминает Миша. – Я ненавидел учителей, воспитателей... Они «перевоспитывали» таких, как я, заставляя поверить в то, что мы – ничтожные люди. И я больше общался с зэками, находившимися на свободном поселении. В моем понимании это были нормальные люди. Они нас любили, понимали, учили выживать и драться. Мне всегда было с ними лучше. И я любил драться».

Подросток, подобно губке, добросовестно впитывал лагерную «науку». А заодно пристрастился к наркотикам.

С каждым днем ненависть ко всему, что окружало Мишу, росла. С каждым днем увеличивалась и доза наркотиков. Он сгорал на глазах. Сгорела и мечта детства – выучиться на хирурга, делать людям добро. Из озлобленного волчонка мальчишка превратился в настоящего хищника со всеми свойственными ему повадками и жаждой отомстить всему миру. К тому времени парень уже попал в зависимость от тяжелых наркотиков.

«Я подчинил себе всех своих друзей, – признается Миша. – Когда в зоне случались погромы, мы переживали за заключенных. Они убегали, их ловили, наказывали, а я их жалел, потому что сам был таким же. Вел себя так, будто в запасе была еще одна жизнь. Близкая мне женщина умоляла меня, чтобы я вернулся к нормальной жизни. А я смеялся над ней, над ее слезами: а что это такое, "нормальная жизнь"»?

Миша добился своего: его не просто боялись, перед ним трепетали. И горе было тому, кто не подчинится или ослушается. Как-то раз освободившийся из зоны друг (авторитет, не входивший в группировку Миши) сказал: «Я тебя не боюсь. Ну, и что ты мне за это сделаешь?»

Ах, так?! Не боишься? И Михаил прострелил ему ногу. Когда прошла ярость, Миша пришел в себя и увидел на полу человека, истекающего кровью. Первый раз в жизни у него выступил холодный пот. Он решил свести счеты с жизнью. Если бы не брат, обязательно свел бы. Он вошел в комнату в тот момент, когда Миша направил дуло пистолета в рот, и сказал: «Стреляй, только о маме не думай. Ты же знаешь, что она без тебя не сможет жить!»

Мама, мама... О ней он даже не вспомнил. Тут его взгляд скользнул по иконе: «Господи, если Ты есть, помоги! – закричал Миша, и на глаза навернулись слезы. – Если есть хоть какой-то вселенский Разум, помоги!» Впервые в жизни он встал на колени, чтобы помолиться. Поклялся, что если произойдет чудо, то он отблагодарит Всевышнего переменами в своей жизни: никого никогда больше не обидит, будет делать только добро.

Бог услышал его. После сложной операции, несмотря на угрозу гангрены, друг выжил. А когда в палату пришла следственная группа, он отказался давать показания, ссылаясь на провалы в памяти. Чудо случилось – дело закрыли. Это был неожиданный и судьбоносный поворот в жизни Миши.

Собрав вещи, он уехал из поселка. Приехав в город, пошел в храм, был готов выполнять самую черную и неблагодарную работу. Однако настоятель отнесся к нему настороженно и потребовал сначала исповедаться.

«Если бы я исповедался, кто знает, сколько друзей, пусть и бывших, могли бы пострадать. Тайна исповеди, конечно, существует. Но...».

Он ушел в другую церковь, где его приняли таким, какой он есть, вернее, каким стал. Началась новая жизнь, без наркотиков и прочей мерзости. Сегодня он пытается искупить вину перед всеми, кому причинил зло. Пусть даже они никогда не узнают об этом. Главное – очистить душу, покаяться, помогать тем, кто сам не может бросить наркотики. Наконец-то Миша почувствовал, что он не один. Друзей-единоверцев у него много. Он регулярно приезжает в Тверь к Роману и Евгении Седовым, которые когда-то находились в наркотической зависимости и несколько лет назад тоже отказались от наркотиков. Это и объединило Мишу и семью Седовых. Секретами своей победы они делятся с несчастными жертвами наркомании, с теми, кто уже отчаялся. «Мы будем самыми счастливыми людьми, если наш опыт сможет помочь хотя бы еще одной живой душе», – говорит Рома. Он верит, что не случайно встретился с Мишей. Сейчас они вместе пишут стихи, музыку, создают клипы.

«Мы все были рабами страстей, похотей и привычек, – признается Миша. – А сейчас у меня такое ощущение, будто я нырнул в воду и не намочился. Никогда не думал, что жизнь так прекрасна».

Письмо в редакцію

У моєму житті трапилася подія, яка завела мене в глухий кут. Саме вона стала причиною мого навернення до Бога. Сім років тому моя донька (їй був тоді один рочок) захворіла невиліковною психоневрологічною хворобою, яка має назву «синдром Ретта». Декілька років поспіль ми намагалися знайти хоч якісь методи лікування, але всі зусилля були марними.

І я нарешті зрозуміла, що цей тягар нести без Бога дуже важко. Лише Він може подарувати зцілення. Тільки з Господом можливо знайти мир і спокій для своєї душі, а також зрозуміти істину та велику любов Божу.

Я пишу вірші й упевнена, що це дар від Бога. Ось одна з перших поезій у моєму записнику.

Доля

Час іде, роки минають,
Захотілось зупинитись,
Йде Христос, давно в дорозі,
Він іде усіх судити.

Страх і горе – все зазнала,
Біль душі пережила.
І надії вже не стало,
Що покращиться життя.

А життя не мало сенсу,
Радості у нім нема,
Коли на руках у тебе
Хворе, немічне дитя.

Та Господь наш дуже добрий,
Він побачив мою долю
І до Себе запросив,
Всі гріхи мої простив.

Вибір свій я вже зробила,
Біль вже трохи відступив.
Зараз я вже тільки з Богом
У житті іду в дорогу.

З Господом надію маю,
Вже й про ту країну знаю,
Що Господь мене з дочкою
Забере навік з Собою.



СКОЛЬКО СТОИТ ЧЕСТНОСТЬ?!

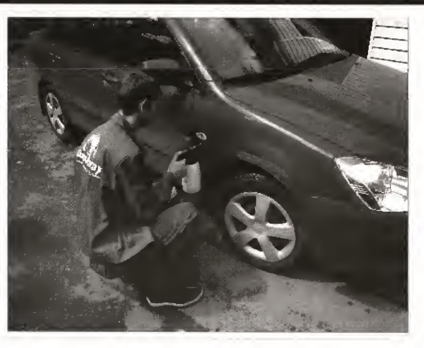
Александр Кандлен

Должен ли христианин оставаться честным, даже если эта честность может обойтись ему дорого в буквальном смысле слова? Мой опыт доказывает, что нужно всегда быть честным, а остальное отдать в руки Господа.

Я занимаюсь ремонтом машин. Работа моя заключается в выравнивании вмятин на автомобилях. Однажды мне представился случай поработать в Австрии. Там я устроился в мастерскую торгового представительства БМВ. Моя работа требует хорошего освещения, поэтому я использую довольно громоздкую и тяжелую лампу-прожектор на высокой ножке.

В тот раз, закончив работу с очередной машиной, я забыл убрать лампу. Сев в отремонтированный автомобиль, я собирался отогнать его из гаража, однако через несколько метров наехал на ножку своей лампы. Она упала на эту дорогую машину, заметно поцарапав ее. Я знал, что ремонт такого повреждения стоит немало.

Никто не видел, как это случилось, я был в мастерской один. Никто не смог бы доказать, что это сделал я.



Вечером я в молитве рассказал Богу о своей проблеме и попросил помощи, после чего спокойно уснул.

Утром я сразу же подошел к начальнику мастерской и рассказал ему о вчерашнем происшествии. Мой поступок заметно удивил мастера. Взглянув на повреждение, он озвучил стоимость ремонта, которая, к моему удивлению, была минимальной. Я поблагодарил Бога за ответ на молитву. Он повлиял на сердце человека, от которого зависело решение моей проблемы, и тот проявил ко мне снисходительность.

Впоследствии, размышляя об этом случае, я спросил себя: «А как бы я поступил, если бы кто-то повредил мою машину? Стал бы я требовать максимального возмещения ущерба? Или подумал бы, что, может быть, виновник также молится Богу, прося о помощи и милосердии?»

Все мы – Божьи дети. Как важно помнить об этом в повседневной жизни! Пусть Господь поможет нам быть доброжелательными и снисходительными к окружающим.

НЕ КТО ИНОЙ, КАК АНГЕЛ

Однажды во время летних каникул моя дочь собралась навестить однокурсницу, живущую за городом. Вместе с ней поехали еще две подруги. Марина встала рано и уехала, когда я еще спала. В девятом часу утра внутренний голос пробудил меня: «Вставай, молись за дочь». Я быстро встала и с волнением преклонила колени. Я молилась: «Господи, если Ты пробудил меня, Ты знаешь, что с моей дочерью. Я чувствую, что она в опасности, спаси ее, где бы она ни была, и помоги ей, протяни Свою руку помощи». Я молилась очень горячо и вскоре успокоилась, надеясь на лучшее. Я поверила, что Господь защитит мою дочь. Вечером, когда Марина вернулась, я спросила, не произошло ли чего. «От тебя ничего нельзя скрыть», – вздохнула она и рассказала, как они с подругами, опаздывая на электричку, очень торопились. Девушки вошли в вагон, когда до отправления оставалось две минуты, а Марина провалилась между вагоном и платформой, которая оказалась на уровне ее головы. Перед ней промелькнула вся ее недолгая жизнь. На платформе никого не было, и никто не видел, что она провалилась. И вдруг чьи-то сильные руки подхватили ее и поставили на платформу. Как только она на дрожащих ногах вошла в электричку, двери захлопнулись. В этот момент я горячо молилась о спасении дочери. Марина была спасена в считаные секунды. Я уверена, что это ангел Господень был послан для спасения моей дочери.

Л. Д. Шевелева



ДЕТСКАЯ МОЛИТВА

«Но Иисус, подозвав их, сказал: пустите детей приходить ко Мне и не возбраняйте им, ибо таковых есть Царствие Божие» (Лк. 18:16).

Когда я отбывал наказание в местах лишения свободы, то ничего хорошего не ожидал от жизни, кроме конца срока. Но случилось так, что меня освободили условно-досрочно на год раньше за усердный труд и примерное поведение, которыми я не отличался. И вот я неожиданно приехал домой. В один из вечеров я увидел, что моя пятилетняя дочка, перед тем как лечь спать, стоит на коленях и что-то говорит. Я спросил у жены: «Что с дочерью?» Она ответила, что наша девочка целый год просила Боженьку отпустить ее папу из тюрьмы домой. О чем она просила Бога в тот вечер, я не знаю, но до сих пор удивлен тому чуду, которое совершил для меня Господь, услышав молитву моей дочки.

В. М.



ВЫХОДНЫЕ ВСЕЙ СЕМЬЕЙ! КАК СДЕЛАТЬ ИХ НЕЗАБЫВАЕМЫМИ?



В конце рабочей недели каждый из нас мечтает о заслуженном отдыхе, представления о котором могут быть самыми разнообразными. Кто-то предпочитает активный отдых, кому-то наоборот хочется тишины и покоя.

Сегодняшняя реальность такова, что все постоянно заняты: дети учебой, родители работой, единственное время, когда семье удается собраться вместе, – это выходные. То время, когда семья полностью в сборе, можно смело назвать самым прекрасным, ведь никуда не нужно спешить, никуда не нужно бежать, можно пообщаться и провести время, совместно занимаясь чем-то приятным. Но, как ни странно, многие семьи просто-напросто разучились это делать, вот и получается, что папа все выходные проводит возле телевизора, ребенок сидит за компьютером, а мама выходные напролет хлопочет по хозяйству. Но ведь это никуда не годится, выходные должны стать для вашей семьи замечательной возможностью укрепить семейные связи и сделать так, чтобы любимые люди стали еще ближе. Вот несколько идей веселого и полезного совместного времяпрепровождения.

1. СВЕТ! КАМЕРА! МОТОР!

Кто сказал, что у вас нет режиссерского таланта? Вооружась любительской камерой, создайте семейную съемочную группу и начните снимать захватывающее кино! Естественно, главными героями этого фильма станете вы сами. Только подойти к съемкам следует ответственно: продумать инсценировку понравившейся истории, подготовить костюмы, предварительно прорепетировать сценарий. После удачно отснятых кадров все можно смонтировать с помощью несложных общедоступных программ. А затем, усевшись на диване, всей семьей просмотреть получившийся шедевр.

2. НАСТОЛЬНЫЕ ИГРЫ

Настольные игры – актуальная идея для проведения выходных в кругу семьи. Создайте собственную библиотеку «каноничных» игр, посетите специализированные магазины, и вы увидите, насколько разнообразен выбор современных настольных игр. Поверьте, что такое занятие будет не только увлекательным и интересным, но и поможет сплотить и объединить ваше дружное семейство.

3. «ВКУСНЫЕ» ВЫХОДНЫЕ

К таким выходным следует подготовиться заранее: закупить продукты и продумать рецепты. Что может быть увлекательнее совместного создания кулинарных «шедевров»? Не выбирайте слишком сложных рецептов, чтобы «вкусные выходные» не превратились в «кухонные». Эту идею можно реализовывать для большой семьи, где каждый может принять посильное участие в организации "вкусных дней". Развивая данную тему, со временем на такие "вкусные вечеринки" можно приглашать друзей, со своими "кулинарными шедеврами", конечно же.

4. ДЕНЬ ЗДОРОВЬЯ

Не ленитесь устраивать для всей семьи такие выходные дни! Начните утро с зарядки и полезного завтрака, а далее устройте парикмахерскую, тренажерный зал. При этом объясняйте ребенку, как важно ухаживать за собой и выглядеть красиво. А в конце выходного дня, веселые и отдохнувшие, отправьтесь на вечернюю прогулку.

5. ПОСЛАНИЕ В БУДУЩЕЕ

Вы можете отправить настоящую весточку в будущее для себя и своей семьи! Нарисуйте с вашим ребенком картинку, возьмите его фотографии, памятную для вашей семьи вещь, сделайте какие-нибудь интересные вырезки из газет и журналов. Все это запечатайте в какой-нибудь герметичный контейнер (бутылочка из-под минералки или коробка из-под обуви вполне подойдет). Не кладите в посылку еду и другие скоропортящиеся предметы. Дату вскрытия можно приурочить к 18-летию вашего ребенка или даже к рождению вашего внука. Оставьте это «послание» у себя на хранении. Спустя годы для вас и вашего ребенка это станет весьма неожиданным подарком!

6. ДОМАШНИЙ САД

Даже если у вас нет дачи, это не помешает создать настоящий сад у себя на подоконнике. Почувствуйте себя в роли ландшафтного дизайнера, пересадите комнатные растения, раскрасьте глиняные горшки или создайте цветочные кашпо своими руками. Для большего эффекта можно поискать на улице или собрать на море декоративные камни, которыми можно будет украсить растения.

7. АВТОПОРТРЕТЫ

Сегодня почти в каждой семье есть жесткий диск, полный семейных фотографий, однако нарисованные автопортреты захватывают гораздо больше и являются более показательными. Важно, чтобы в их создании принимали участие все члены семьи. Каждый может нарисовать портрет другого, а можно совместными усилиями изобразить кого-то одного. Результаты вашего творчества можно сохранить для потомков или вывесить шедевры на стене в стиле галереи. Можно отсканировать и обработать свои произведения искусства, что позволит переносить изображения на все что угодно, начиная от почтовых марок до контейнеров и бутылок с водой, так что не придется задаваться вопросом, где чья чашка.

8. ВОЛОНТЕРСКАЯ РАБОТА

Весьма интересной, а главное полезной может стать волонтерская работа. Можно считать это занятие качественным вдвойне: родители проводят время с детьми, а те учатся находить удовольствие в том, чтобы дарить радость окружающим. При этом развиваются лучшие моральные качества вашего чада. Забота о других является прекрасной предпосылкой для становления вашего ребенка как полноценной, гармоничной личности. Род деятельности нужно выбрать по вкусу малыша: если он любит домашних животных, можно заняться сбором полезных вещей для приютов и ветеринарных клиник. Если же ребенок любит рисовать или мастерить поделки, вы можете сделать что-то интересное и полезное для детей из приютов или пожилых и одиноких людей.

Надеемся, что наши советы вам понравятся. И каждый выходной вы будете составлять свой, неповторимый сценарий для проведения времени в кругу родных и близких. Помните, что независимо от того, как вы решили провести воскресный выходной, самым главным является то, что вы весь день будете вместе. Поверьте, на семейном климате это отразится самым благоприятным образом!



ЭПИГЕНЕТИКА: ПЕРЕПИСАТЬ КОД ЖИЗНИ



Когда мы не следим за своим весом или приобретаем вредные привычки, то портим жизнь не только себе, но и будущим поколениям. Почему и как это происходит, объясняет новая наука – эпигенетика.

Всем хорошо известно понятие наследственности. Еще недавно ученые полагали, что каждый из нас является совокупностью генов отца и матери, а наш образ жизни, пища, привычки и характер никак не влияют на гены будущего потомства. Но в последние годы выяснилось, что это не так. Тщательные исследования семейных историй болезни показали: от того, как жили наши родители и прародители, зависит, чем будем болеть мы и даже наши дети и внуки.

Да, от родителей нам, очевидно, достанется их цвет кожи, волос, форма глаз и многое другое. Это же, к сожалению, относится и к редким генетическим заболеваниям, которые связаны с передаваемыми из поколения в поколение «дефектами» генома (синдром Марфана, гемофилия и др.). Но есть один нюанс: в большинстве случаев наследуется не сама болезнь, а предрасположенность к ней. Эпигенетика объясняет, каким образом факторы окружающей среды могут влиять на наш генотип, заставляя выключиться гены, отвечающие за отрицательные функции и активировать гены, отвечающие за положительные функции, но «заснувшие».

Дело в том, что далеко не все гены человека активны – бóльшая часть из них заблокирована. Кроме того, в каждой конкретной клетке «действуют» разные участки ДНК – те, которые отвечают за ее работу. Гены, несущие основную информацию о том, как должна быть устроена клетка, как ей следует функционировать, активны в течение всей жизни. Но вот работа некоторых других непостоянна и зависит от множества внешних факторов.

Не так давно было открыто понятие метильных групп. Это группы атомов, которые надстраиваются в определенных местах ДНК. Они не меняют саму генетическую информацию, но значительно влияют на ее судьбу. Метильные группы могут заставить гены «выключиться». Этим и обусловлено разнообразие клеток организма при одной и той же ДНК. У человека есть клетки мышц, крови, кожи и прочие. Они отличаются друг от друга тем, что в клетках одного типа «выключены» одни гены, а в других – другие.

Первый яркий эксперимент, демонстрирующий возможности эпигенетики, был проведен несколько лет назад американскими учеными Рэнди Джиртлом и Робертом Уотерлендом из университета Дьюка, США.

В рамках исследования подопытным мышам был внедрен ген особой окраски, агути, в результате чего обычные серые грызуны не только стали рыжими, но также толстыми и болезненными. Кроме того, они приносили нездоровое рыжее потомство.



Когда беременные самки употребляли пищу, обогащенную фолиевой кислотой (богатым источником упомянутых выше метильных групп), мыши агути стали приносить здоровое потомство нормальной окраски. Благодаря фолиевой кислоте ген агути выключался.

Беременные – не только экспериментальные мыши, но и женщины – обязательно должны получать фолиевую кислоту. Она не вырабатывается в организме человека, но без нее невозможно нормальное развитие нервной системы плода. Содержится это вещество в зеленых листовых овощах, цитрусовых, бобовых, хлебе из муки грубого помола, а также в меде.

Комментируя свой эксперимент, Рэнди Джиртл сказал: «Эпигенетика доказывает, что мы ответственны за целостность нашего генома. Раньше мы думали, что только гены предопределяют, кто мы. Сегодня мы точно знаем: все, что мы делаем, все, что мы едим, пьем или курим, оказывает воздействие на активность наших генов и генов будущих генераций. Эпигенетика предлагает нам новую концепцию свободного выбора».

Исследования последнего времени показали, что курение, в особенности некоторые вещества табачного дыма, способствуют развитию раковых заболеваний. Они заставляют «выключиться» ген p16, подавляющий рост опухолей.

В здоровых клетках онкогены, запускающие процесс образования раковой опухоли, выключены. Исследования показали, что ацетальдегид алкоголя не дает метильным группам присоединяться к ДНК. В результате онкогены включаются и начинают действовать, превращая здоровые клетки в раковые.

Далеко не все механизмы эпигенетического наследования в настоящее время известны, но уже сейчас есть данные, четко указывающие на блокирование его отрицательных эффектов веществами, содержащимися в капусте брокколи, стручковой фасоли, чесноке, винограде и куркуме.

ВЫВОД

Если мы хотим иметь здоровых и сильных детей, то и сами должны быть такими. Подобное порождает подобное – это закон природы и эпигенетики. Агрессия порождает агрессию... Таков порочный круг. Чтобы его разорвать, не бойтесь меняться. Мы не заложники собственных генов. Специально для нас Богом предусмотрена возможность влиять на свое будущее через эпигеном.

Предлагаем вашему вниманию 6 факторов, позитивно влияющих на гены:

- Ежедневная физическая активность, эквивалентная как минимум 30 минутам быстрой ходьбы. Например, занятия на велотренажере в течение всего 6 недель активируют 470 генов, охраняющих нас от болезней.
- 200 мкг витамина B9 (фолиевой кислоты), особенно беременным, пожилым, а также тем, кто активно занимается физическим и умственным трудом.
- Никакого табака; антибиотики и другие сильные лекарства – только в случае необходимости.
- Низкокалорийное меню, ограничение насыщенных жиров, транс-жиров и сахаров; много зелени, овощей, фруктов, достаточное количество белков, полиненасыщенных жиров, омега-3-жирных кислот.
- Отсутствие стрессов на работе, радостная семейная жизнь.
- Проживание в экологически чистой местности.

БУДЬТЕ ЗДОРОВЫ!

РЕЦЕПТЫ

Клубнично-малиновое сорбе с йогуртом

Ингредиенты:
- 250 г клубники;
- 250 г малины;
- 0,5 ст. сахара;
- 3/4 ст. молока;
- ¾ ст. клубничного йогурта;
- 2 ч. л. лимонного сока;
- 1 ст. л. апельсинового сока;
- 1 ч. л. ванильного экстракта.

Приготовление

Малину взбейте с сахаром и молоком в блендере до однородной консистенции. Добавьте йогурт, лимонный и апельсиновый соки и снова взбейте. Процедите массу через сито, чтобы избавиться от косточек. Клубнику мелко порежьте и перемешайте с малиновой массой. Поставьте в морозилку минимум на 3 часа (через каждые 30 мин. массу нужно перемешивать). Подавайте сорбе с помощью горячей сухой ложки (если сильно заморозилось, оставьте на 1-2 минуты при комнатной температуре, потом разделяйте на порции).



Черничное парфе



Этот легкий десерт готовится всего несколько минут. Главное – всегда иметь в холодильнике немного ягод, апельсин или яблоко, а также несладкий йогурт.

Ингредиенты на 4 порции:
- 1,5 ст. л. сахара;
- 1/2 ч. л. апельсиновой цедры;
- 200 г обезжиренного несладкого йогурта;
- 200 г свежей черники;
- 200 г очищенной мякоти апельсина;
- 2 ст. л. пшеничных отрубей или овсяных хлопьев.

Приготовление:

Соедините сахар, апельсиновую цедру, йогурт и перемешайте. Возьмите 4 высоких стакана. Выкладывайте ингредиенты в следующей последовательности: черника, йогурт, апельсин. Повторите слои два раза. Посыпьте домашнее парфе отрубями и сразу подавайте.

Совет: Чернику в десерте можно заменить малиной или ежевикой, апельсин – яблоком, а пшеничные отруби – кокосовой стружкой. Фантазируйте и экспериментируйте на кухне!







Наш адрес:

Ежемесячная газета «Вечное Сокровище»
Издатель – христианское издательство «Джерело життя»
Ответственный за выпуск: директор издательства «Джерело життя» Василий Джулай
Главный редактор издательства: Лариса Качмар
Богословская экспертиза: докторант богословия Игорь Корещук
Ответственный редактор: Яна Хорошун
Над номером работали: Вилина Меркулова, Мирослав Джулай
Ответственная за печать: Тамара Грицюк
Корректоры: Людмила Шаповал, Инна Джердж
Дизайн и верстка: Татьяны Романко
Тираж: 100 000 экз.
Адрес: 04071, г. Киев, ул. Лукьяновская, 9/10А
E-mail: dzherelo@ukr.net; тел.: (044) 467-50-72

Если вы желаете пожертвовать средства на развитие газеты, можете сделать это через банк.

Наши реквизиты:
Идентификационный код:
ЄДРПОУ 19350731
Адрес: 04071, г. Киев, ул. Лукьяновская, 9/10А
Счет: 26006149457
МФО 380805
Наименование банка:
«РАЙФФАЙЗЕН БАНК АВАЛЬ» в г. Киев

Редакция оставляет за собой право печатать материалы в дискуссионном порядке, не разделяя взглядов автора, а также редактировать и сокращать тексты. Рукописи не рецензируются и не возвращаются. Объявления, реклама и письма читателей печатаются на языке оригинала. Переписка ведется только на страницах газеты. Ответственность за содержание статей несет автор.

Свидетельство о государственной регистрации
Серия КВ №8176 от 03.12.2003

